



# Juin à mi octobre 2019

## Les randos du dimanche

- **Dimanche 2 juin: Arbis/Porte des Benauges. Rando des Benauges.** Organisation Comité des Fêtes d'Arbis. Départ libre entre 7h30 et 10h à la salle des fêtes. Au choix, 4 distances : 11km – 22km – 33km ou 45km. Participation 7€. Café, ravitaillement, apéritif. Contact : 06 03 94 50 77 ou 06 89 11 74 52 ou [comitedesfetesarbis@gmail.com](mailto:comitedesfetesarbis@gmail.com) Le bulletin d'inscription sera en pièce jointe dans l'envoi.  
C'est aussi la journée de **Port en Port sur le Bassin d'Arcachon et la Ronde en Fronsadais**
- **Week-end de Pentecôte 8-9 et 10 juin :** en Sarladais. Complet
- **Dimanche 16 juin: La Sauvetat sur Drot.** 9h30 au parking face à la mairie. Rando de 18 à 20 km.
- **Dimanche 23 juin: Echappée en coteaux de Gupie.** Organisation Mauvezin rando. Trois distances: 12,5 km - 18,5 km ou 24,5 km. Itinéraires balisés. Départ randos à 8h à la salle des fêtes. Fermeture des circuits à 13h. Pique nique dans la salle à Mauvezin (café et dessert offerts) . Inscription : 6€. Mlise peut gérer une inscription groupée si vous le souhaitez. Communiquer alors votre intention de distance sur [randorhem@orange.fr](mailto:randorhem@orange.fr) ou au 06 33 54 12 47. Le flyer, pour info , sera aussi expédié.
- **Dimanche 30 juin: Cocumont . 9h30** à la cave coopérative. Rando de 18/20 km Olivier Juillet
- **Dimanche 14 juillet: Caumont,** dans le cadre de la fête. 9h à l'étang. Rando de 11km. Possibilité de restauration sur place à midi sur inscription au préalable au 05 56 71 84 80.
- **Samedi 31 août: rando dans le cadre de la Fête à Léo. Sauveterre de Guyenne.** Le programme complet de la journée sera diffusé un peu plus tard. Rando de 11 km au départ de la place de la bastide. Accueil 9h, départ 9h30. Pique nique en chemin.
- **Du 7 au 14 septembre, semaine en Ariège.** Complet
- **Dimanche 22 septembre: Bellebat.** 9h30 parking église. Rando de 18km environ.
- **Dimanche 29 septembre: Savignac.** 9h30 parking derrière la salle des fêtes. Rando de 17/18 km.
- **Samedi 6 octobre : Podensac.** 9h30 place de l'église. Rando de 20 km environ.
- **Week-end du 11-12 et 13 octobre : Rocamadour.** Voir la feuille spécifique

**LES RANDOS DU JEUDI**  
de Juin 2019 au 10 Octobre 2019



**Pour Juin et Septembre**  
**C'est le matin**

RV 8 h 30 précises quais de LA REOLE - Départ rando à 9h

**Pour Octobre reprise des heures habituelles**  
**C'est l'après midi**

RV 13h30 sur les Quais à La Réole départ rando 14h

**Grande rando : 10/12 km à environ 4/4,5km/h**  
**Moyenne rando : 6/7 km à environ 3 /3,5km/h**

<b>Dates</b>	<b>Animateurs</b>	<b>Lieu-Parking</b>
06 juin 2019	Yves <b>M: Yves</b>	St Hilaire de la Noaille Parking Eglise
13 juin 2019	Jacqueline <b>M : Annette</b>	St Martin de Sescas Parking stade
20 juin 2019	Didier Rando unique avec repas de fin de saison	St Vivien de Monséгур Parking salle des Fêtes
19 septembre 2019	Didier Rando unique de reprise	La Réole Croix des marins sur les Quais
26 septembre 2019	Marie Lise <b>M : Jean Guy</b>	Neuffons Eglise
03 octobre 2019	Marie <b>M : Isabelle</b>	Verdelais Parking du Jardin public
10 octobre 2019	Alain <b>M : Dominique</b>	Monséгур Parking du cimetière