

**ALVA**

## Randonnée Pédestre



La Rando, c'est facile, c'est sympa et ça fait du bien !

Les grandes Randos à la journée et les séjours sur plusieurs jours offrent un programme à dominante plus touristique et sportive, mais néanmoins parfaitement accessible à tous. Haltes pour pause pique-nique ou visite d'un site remarquable font partie intégrante du programme.

L'ALVA Rando pédestre c'est aussi :  
Des petites Rando à la demi journée dans des sites touristiques.  
(Programme au secrétariat)

### ORGANISATION DES DEPLACEMENTS.

Le covoiturage est vivement conseillé (modalités cf. Règlement).

Tous les RDV ont lieu Place Jean-Baptiste Chaumeil ou au point de départ de la Rando aux horaires indiqués. Durée du déplacement environ 30 à 45 minutes.

### CONDITIONS DE PARTICIPATION.

Être adhérent de l'ALVA Rando pédestre, obligatoire.  
(Sauf Rando découverte).

Pas de contre-indication à la Rando pédestre. Consulter son médecin.  
Chaussures. Vêtements adaptés. Boisson. En-cas.

### ANNULATION DE LA RANDO.

Si, pour quelque cause que ce soit, mauvais temps par ex la Rando viendrait à être annulée ou reportée, les personnes intéressées doivent contacter, soit un responsable de l'ALVA Rando, soit téléphoner la veille avant 16 heures 45 au secrétariat de l'ALVA, au 05.63.29.13.60.

Je m'informe, je contacte le secrétariat de l'ALVA.

Attention ! Les horaires de départ sont variables !  
Programme sujet à modification éventuelle  
(météo, suggestion lumineuse d'un adhérent, ...)  
Pensez à ouvrir votre boîte mail la veille !!!



Renseignements : Frédéric  
NIOLET 06.42.35.08.28.

**ALVA**

## Randonnée Pédestre



# LES GRANDES RANDOS

## Juillet à Septembre 2021



(TOUFAILLE juillet 2021)



**Départ :**  
**Place Jean-Baptiste Chaumeil**  
**à VALENCE D'AGEN**  
**Jeudi à 7h30**



**Amicale Laïque Valence d'Agen**

29 Av de Bordeaux 82400 Valence d'Agen  
05.63.29.13.60 Mail : a.l.v.a-82@wanadoo.fr  
Association Loi 1901 « Sports – Loisirs – Culture » Crée en 1913

Mois	Jour Date	Circuit	Km	Tps	Pilote de la Rando	Dépt.	Distance ALVA	
JUILLET	Jeudi 01/07/2021	TOUFFAILLES Circuit balisé blanc	16	5h00	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	82	28km	26mn
	Jeudi 08/07/2021	COURBIAC (commune de Villeneuve) Las Gonies	13,5	3h30	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	43km	42mn
	Jeudi 15/07/2021	FIEUX Garlies	14,5	3h45	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	50km	51mn
	Jeudi 22/07/2021	MOIRAX Aubiac	15,5	4h10	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	31km	34mn
	Jeudi 29/07/2021	ESTILLAC Sainte Colombe en Bruilhois	16	4h15	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	30km	33mn
AOUT	Jeudi 05/08/2021	SAINT PANTALÉON + BAGAT Les deux crêtes + les chemins blancs	18	5h00	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	46	46km	42mn
	Jeudi 12/08/2021	TOURNON D'AGENAIS Bourlens	16,8	4h20	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	45km	43mn
	Jeudi 19/08/2021	TAYRAC Le circuit du Menhir	14,2	3h45	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	16km	16mn
	Jeudi 26/08/2021	CASTELNAU MONTRATIER De la Bastide aux ruines gallo-	16	4h15	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	46	48km	45mn
SEPTEMBRE	Jeudi 02/09/2021	ROQUECOR PR2 + PR3 Labarde - Le Claux	15	5h00	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	82	33km	32mn
	Jeudi 09/09/2021	CASTELLA Lac d'Arasse	16,4	4h30	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	47	39km	43mn
	Jeudi 16/09/2021	LA ROMIEU PR13 Anciens fiefs de Gascogne	17	4h15	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	32	46km	47mn
	Jeudi 23/09/2021	MONTAIGU DE QUERCY Circuit des côteaux	14	4h30	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	82	37,5km	45mn
	Jeudi 30/09/2021	SAINTE ALAUZIE Moulin de Boisse	16	4h15	Frédéric Niolet 06.42.35.08.28	46	48km	45mn