

Randonnées Départementales

proposées par
L'ASSOCIATION « GV PLEIN AIR 81 »



GV PLEIN AIR 81 Maison départementale des sports
148 avenue Dembourg 81000 ALBI
Association Loi 1901, créée le 16.09.04



SAISON 2025 - 2026
septembre - octobre
novembre - décembre
2025

www.sport-sante.fr

Randonnées destinées aux adhérents de GV Plein air 81,
mais également à tout licencié EPGV d'une autre association (2 randonnées d'essai gratuites)

Grille de cotation des randonnées

- La mise en place de la cotation a comme objectifs :
- ↳ de choisir une randonnée adaptée à vos capacités physiques
 - ↳ de pratiquer un sport avec plaisir
 - ↳ tout en permettant à l'ensemble du groupe d'évoluer à un rythme homogène

Cotation	Critères	Difficultés possibles
FACILE	- jusqu'à 300 m de dénivelé - jusqu'à 12 km - jusqu'à 3 heures de marche	Le terrain ne présente pas de difficultés notables
MOYEN	- de 300 à 600 m de dénivelé - de 13 à 18 km - de 4 à 6 heures de marche	Montée raide ou descente pentue Passage difficile, éboulis Passerelle, passage à gué
DIFFICILE	- plus de 600 m de dénivelé - plus de 18 km - plus de 6 heures de marche	Passages vertigineux, pierriers Fort dévers, échelle Zone rocheuse, falaise

Les randonnées faciles sont destinées à tous, même ceux qui marchent plus lentement.

Les randonnées difficiles sont destinées aux marcheurs plus aguerris.

Les chiens, même tenus en laisse, ne sont pas admis.

**En cas de météo défavorable, contacter l'animateur avant de vous déplacer,
car la randonnée peut être annulée sur décision de celui-ci.**

Covoiturage libre entre participants. Le déplacement jusqu'au point de départ de la randonnée se fait à l'initiative des participants. Les conducteurs doivent être assurés et en conformité avec la réglementation routière.

*La participation aux randonnées départementales est un engagement à respecter l'organisation.
En cas de non respect de cette règle, la responsabilité du ou des organisateurs ne saurait être engagée.*

Présence souhaitée des participants 10 minutes avant l'heure de départ.

Si besoin, s'informer auparavant auprès de la personne responsable de la randonnée pour connaître le degré de difficulté, l'état des chemins, le lieu de départ précis, etc...

9 h : Accueil Parvis de Cap Découverte

9 h 30 : Randonnée circuit « Les Laurentides » cotation facile, de 6 km, 2 h de marche, peu de dénivelé avec points de vues sur le site, lac, étang, Parc des Titans ; Chaussures de randonnées indispensables.

12 h : pique nique tiré du sac (*apéritif - boissons - fruits offerts*)

Départ : au rond-point de l'entrée de Cap Découverte, à droite en descendant, suivre parking 2 pour les voitures, puis descendre à pied jusqu'à l'accueil du site.

Pour s'y rendre : d'Albi, RN 88 vers Rodez, au rond-point de la Tête, direction Carmaux. Dans Le Garric, au 2^{ème} rond-point, suivre Cap Découverte

Responsables :

Simone Combes tél 05 63 56 62 71 / 06 66 40 43 61 & les animateurs de GV plein air 81

Après-midi : Musée de la Mine réaménagé, à Cagnac-les-Mines

(visite guidée en galerie et visite libre des expositions – Mineurs d'Ukraine, Mission en Inde)

(entrée offerte par le Club, durée 2 h environ, déplacement en voiture jusqu'à Cagnac)

S'inscrire avant le 24 août auprès de Simone Combes

Dimanche 14 septembre 2025

cotation : facile

LA RIVIERE

(Commune de Mirandol Bourgnounac)

Randonnée à la ½ journée de 2 h 30 de marche environ, 6 km, 160 m de dénivelé, sur sentier bucolique et sauvage le long des rives paisibles du Viaur et du Lézert.

Chaussures de randonnées indispensables

Départ : **14 h** – parking place du Hameau de « La Rivière »

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Rodez, traverser Carmaux vers Rodez, à la sortie, à gauche D 905 Almayrac – Mirandol. Dans Mirandol, vers La Salvetat-Peyralès, au Port-de-la-Besse, suivre la route La Rivière/Crespin.

Responsable : Marc Lasserre tél 06 37 97 58 06

Dimanche 21 septembre 2025

cotation : difficile

BRUNIQUÉL (82)

Randonnée à la journée de 6h30 de marche, 18 km, 410 m de dénivelé, vallonné, plusieurs raidillons. Parcours reliant deux beaux villages médiévaux Bruniquel et Montricoux.

Pique nique du midi tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 10 h – parking à Bruniquel (sous l'Office de Tourisme et à côté du cimetière)

Pour s'y rendre : d'Albi, Marssac, D988 vers Gaillac, à droite D18 Chemin Toulze, puis au 3^{ème} RP, D964 vers Castelnau de Montmiral, Larroque, Bruniquel. Monter à droite, rue Sainte-Valérie.

Responsables : Josie Bugarel tél 06 72 73 24 75 & Gisèle Repiennik tél 06 73 06 14 65

25 et 26 septembre 2025 – stage de loisirs randonnées en terres audoises – Nébias / Puivert / Quillan

Responsables : Gisèle Repiennik – Georges Magnabal

Dimanche 28 septembre 2025

cotation : facile

VERS

Randonnée à la ½ journée, 3h30 de marche environ, 12 km, 180 m de dénivelé. Après avoir traversé par deux fois le Céroc, nous atteindrons le Céret et les berges de Fonbonne.

Chaussures de randonnées indispensables.

Départs : 13 h 30 – parking face à l'église

Pour s'y rendre : d'Albi, RN 88 vers Rodez, sortie ZA Croix de Mille, suivre la D99 vers Carmaux, dans Les Farguettes, à gauche, Vers.

Responsables : Georges et Martine Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 07 49 47 51 06

Dimanche 5 octobre 2025

cotation : moyenne

VAREN (82)

Randonnée à la journée, 4h de marche environ, 14 km, 195 m de dénivelé, au départ du joli village de Varen, en passant par Lexos, Arnac, paysages de cause et de bois.

Pique nique du midi tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 10 h – parking à gauche, à la sortie de Varen (aire de pique-nique)

Pour s'y rendre : d'Albi, D 600 Cordes, direction St Antonin Noble Val par la vallée, Milhars, puis sur la D 958 à droite Lexos, Varen.

Responsable : Simone Combes tél 05 63 56 62 71 / 06 66 40 43 61

Dimanche 12 octobre 2025

cotation : moyenne

DURENQUE (12)

2 Randonnées dans la journée, en bas du village « le moulin de Roupeyrac », maison natale du poète François Fabié, dans un coin de nature reposant.

Le matin : départ 10 h, pour 2h40 de marche environ, 8 km, 200 m de dénivelé

L'après-midi : départ 13h30, pour 2h20 de marche environ, 7 km, 170 m de dénivelé

Pique-nique du midi tiré du sac au Moulin de Roupeyrac.

Chaussures de randonnées indispensables.

Départs : parking le long de la route au « Moulin de Roupeyrac »

Pour s'y rendre : d'Albi, D903 vers Valence d'Albigeois ; après St-Jean-Delnous, à gauche D56 et D902 vers La Selve, puis à droite D56 Durenque. A l'entrée du village, à droite « Moulin de Roupeyrac »

Responsables : Georges et Martine Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 07 49 47 51 06

Dimanche 19 octobre 2025

« Randonnée des châtaignes »

PAMPELONNE

Programme proposé par **VIAUR VIVANT**

Tiré de l'agenda des manifestations – Comité départemental de la Randonnée Pédestre du Tarn

8h30 : Inscriptions à l'aire de camping de Thuriès à Pampelonne

Tarif : 5 €

9h : Départ pour le "Sentier des crêtes" long de 12 km avec 650 m de dénivelée cumulée positive.

Apéritif, café, châtaignes grillées et cidre fournis. Le reste du repas est sorti du sac.

Réservations au 06 16 32 49 67 ou viaur.vivant@orange.fr

Chaussures de randonnées indispensables.

Dimanche 26 octobre 2025

cotation : moyenne++

ALBAN

passage à l'heure d'hiver

Randonnée à la journée, 5h30 de marche environ, 16 km, 490 m de dénivelé, 2 gués, boueux en cas de pluie, longue montée à la fin. Parcours dans le ravin du Bouys et sur le GR 36.

Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables

Départ : 10 h - parking devant la Halle rénovée, place du Docteur Sanz (après la boulangerie « violette » à l'angle)

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Millau. Dans Alban, à l'angle de la place des Tilleuls, à gauche D53 vers Saint-André/Villeneuve sur Tarn

Responsable : Gisèle Repiennik tél 06 73 06 14 65

Dimanche 9 novembre 2025

cotation : facile

**Hameau de CAPENDUT
(commune de Milhavet)**

Randonnée à la ½ journée, Oeno-rando « de la vigne à l'olivier », au départ du Domaine Gayrard.

3 h de marche environ, 12 km, 200 m de dénivelé. Parcours sur le plateau cordais, des 2 côtés de la route Albi/Cordes.

Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 13 h 30 – parking du Domaine Gayrard à Capendut

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Cordes D600, puis après la descente/remontée, à droite vers Camp-Redon, Capendut.

Responsable : Simone Combes tél 05 63 56 62 71 / 06 66 40 43 61

Dimanche 16 novembre 2025

ASSEMBLEE GENERALE à ALBI

13 h - Randonnée de 2 h, 6.5 km, dans Albi

Circuit passant à Pratgraussals, la passerelle sur le Tarn, à la Cathédrale, sur les berges du Tarn sous le Pont-Neuf, le Pont-Vieux, puis retour par la Passerelle.

Départ : **Maison départementale des sports 148, avenue Dembourg à Albi**
parking le long de l'Avenue de la Verrerie

Responsables : Georges et Martine Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 07 49 47 51 06

15h30 - Assemblée Générale
à la Maison départementale des sports 148, avenue Dembourg à Albi

convocation - programme : distribution fin octobre

Dimanche 23 novembre 2025

« 26ème Ronde du Gaillac Primeur »

GAILLAC

Programme proposé par **GAILLAC RANDO**

Tiré de l'agenda des manifestations – Comité départemental de la Randonnée Pédestre du Tarn

Parcours agrémentés de rencontres avec des vigneron.

Marché artisanal l'après-midi.

Payant.

Renseignements et inscriptions sur gaillacrando.fr.

Chaussures de randonnées indispensables.

Dimanche 30 novembre 2025

Randonnée du Téléthon

LAMILLARIE

Randonnée le matin, 3 h de marche environ, organisée par le club EPGV « GYM'V » de Lamillarié

Chaussures de randonnées indispensables.

Plus d'infos début novembre.

Responsable : Elisabeth Brun tél 06 73 96 15 17

Dimanche 7 décembre 2025

cotation : moyenne

ALOS

Randonnée à la journée, 4 h 30 de marche environ, 13.6 km, 230 m de dénivelé ; plusieurs raidillons et une montée d'environ 1.2 km un peu raide.

Pique-nique tiré du sac. Chaussures de randonnées indispensables.

Départ : 10 h – Eglise d'Alos

Pour s'y rendre : d'Albi, D600 vers Cordes, puis D25 vers Villeneuve-sur-Vère, puis vers Noailles, puis D 33 Frausseilles/Loubers. Au croisement, à gauche D 26 jusqu'à Alos. Dans le village, descendre à l'église.

Responsable : Gisèle Repiennik tél 06 73 06 14 65

Dimanche 14 décembre 2025

cotation : facile

SAINT-SERNIN-DE-LOMBERS

Randonnée à la 1/2 journée, 3 h 15 de marche environ, 10 km, 140 m de dénivelé, avec une montée raide sur 300 m. Circuit « la boucle des Archéologues » revisitée. L'église de St-Sernin et ses sarcophages de l'époque carolingienne.

Départ : 13 h 30 - parking à l'église de St-Sernin

Pour s'y rendre : d'Albi, direction Castres, au RP de Gamm Vert, à droite D71 vers Lamillarié, puis D96 vers St-Pierre de Conils. Puis 2 fois à gauche D23 vers Réalmont, puis à droite, monter à l'église de St-Sernin.

Responsables : Georges et Martine Magnabal tél 05 63 45 05 20 / 07 49 47 51 06