



# La Feuille

## des Amis Randonneurs Braxéens

25<sup>e</sup> année - N° 208

2 mars 2019

page 1/1

## **Pentecôte entre Aveyron et Lot**

### **Du samedi 8 au lundi 10 juin**

#### **PROGRAMME**

##### **Samedi 8**

Brax : 7h30 => Départ en voiture du parking de la gare  
Sortie autoroute N° 62 (Montauban) : 8h30 => Dépose des cyclos

##### **Marche**

Espagnac (46) : 10h30 => Balade du prieuré d'Espagnac  
Randonnée de 10 km, 320 m de dénivelé

##### **Vélo**

Montauban- St Julien d'Emparé : 115 km, environ 1 170 m de dénivelé  
VTT : Villeneuve-d'Aveyron - Saut de la Mounine (35 km, 574 m)

**Hébergement** : Auberge La Diège à Saint-Julien-d'Emparé (<http://www.diege.com/>)

Formule demi-pension du samedi soir (diner) au lundi matin (petit-déjeuner)

Prix : 122 €/personne

Chambre individuelle : 154 €/personne

##### **Dimanche 9**

Départ des randonnées à 8h30

Marche : Linac (46) - circuit de Linac (13 km, 160 m)

Vélo : Vallée du Lot (109 km, environ 1 290m)

VTT : Capdenac - Capdenac coteaux (48 km, 907 m)

Saint Julien-d'Emparé - Lunan - Capdenac (36 km, 840 m)

##### **Lundi 10**

Départ des randonnées à 8h30

Marche : Peyrusse-le-Roc - visite du village et du site médiéval - 1H30, 150 m

Vélo : St Julien-d'Emparé - Peyrusse-le-Roc (40 km, environ 650 m)

VTT : Autour de la Diège (26 km, 673 m)

Pique-nique pris en commun à Peyrusse-le-Roc

*Prochaine réunion : mardi 8 avril, Maison de la vie associative*

Comité de rédaction : arbrax31@gmail.com - <http://www.amis-rando-braxeens.ffct.org/>

### **Inscription au séjour de Pentecôte entre Aveyron et Lot**

Date : samedi 8 au lundi 10 mai

Lieu : St Julien-d'Emparé Acompte : 35 €/personne

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Nb personnes : \_\_\_\_\_

Montant du chèque : \_\_\_\_\_

*Bulletin et chèque à remettre à M.Fontayne ou A.Zanatta avant le 24 mars*