

Règlement de la FFRP «Encadrement & sécurité», extraits:

DÉFINITION

La randonnée pédestre est une activité physique de pleine nature et, à ce titre, elle se pratique dans des milieux très divers proposant des cheminements et des difficultés variées.

La pratique de la randonnée est :

Une **ACTIVITÉ DE DÉCOUVERTE** qui demande une appréciation des aléas liés au milieu.

Une **ACTIVITÉ SPORTIVE** qui demande une condition physique et un équipement adaptés dans une pratique individuelle ou collective.

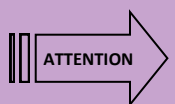
L'organisateur de l'activité, qu'il soit qualifié ou non, devra évaluer les aptitudes et surveiller les attitudes des participants...

Assurance et Licence à la Fédération Française de Randonnée Pédestre



 La MJC assure ses adhérent·es pour les risques d'accident corporel lors des randonnées prévues au programme. Les frais de recherche et de sauvetage sont remboursés.

 En outre, la MJC est affiliée à la FFRP qui recommande aux randonneur·euses de souscrire un contrat d'assurance de personnes couvrant les dommages corporels auxquels la pratique de cette activité peut les exposer. Les tarifs et options des licences sont consultables à la MJC.



La destination et l'horaire de chaque balade pourront être modifiés en fonction de la météo. Les durées des randonnées sont données hors pauses.

Possibilité de se renseigner **la veille** auprès de :
Bernard: 06.71.27.18.18 - Claude : 06.42.68.12.89
ou sur le site internet de la MJC

Il est conseillé aux futurs randonneur·euses de s'informer sur les conditions des sorties.
La MJC pourra leur délivrer une autorisation pour une randonnée « à l'essai » avant de prendre leur adhésion. Cette « décharge » devra être présentée aux organisateurs avant le départ.

Informations tarifaires

- Adhésion à la MJC de Lherm avec cotisation randonnée annuelle selon tarifs en vigueur.

Gratuité pour les enfants accompagnés (- de 18 ans)

- À chaque sortie, participation :

◊ de 3 € pour les randonneur·euses occasionnel·les n'ayant pas cotisé à l'activité randonnée (limité à 3 randos sur la période de septembre 2026 à juillet 2027 et non renouvelable l'année suivante).

◊ variable pour le covoiturage, selon la distance, à régler au chauffeur.



Adresse postale:

2 avenue de Gascogne
31600 LHERM

Accueil du public:

au rez-de-chaussée de la salle des fêtes

Mardi et jeudi: 15h30 - 18h30

Mercredi : 9h - 12h et 15h30 - 18h30

Vendredi: 15h30 - 18h00



Téléphone : 05 61 56 02 32



Messagerie : accueilmjlherm@orange.fr



Site internet : www.mjclherm.fr

Toutes les randonnées se font en covoiturage.

Départ de la halle de Lherm.

Animaux interdits.

Équipement indispensable :

Casse croûte, chaussures de randonnées, eau.

Prévoir le pique-nique quand le départ est le matin.

Pour les sorties raquettes, penser aux chaînes de voitures, aux raquettes, bâtons ...

F.F.R.P.: 04336

Imprimé par nos soins — Ne pas jeter sur la voie publique

Randonnée pédestre

Août à Décembre 2026



Calendrier des randonnées

Août

Samedi 29	Départ 7h00 Étang d'Ayes, retour par le Col d'Auèdole <i>Option 1</i> : Randonnée agréable avec une partie de l'aller et du retour à l'ombre ; un cirque, un bel étang naturel et un joli point de vue au col. Durée 3h30 ▼ 1 375 m. ▲ 1 725 m. ↗ 414 m. Distance 7,6 km. Visorando 24783600
Samedi 29	Départ 7h00 Étang d'Ayes, retour par le Col d'Auèdole <i>Option 2</i> : Au retour, détour par l'étang d'Eychelle. Durée 4h30 ▼ 1 375 m. ▲ 1 725 m. ↗ 660 m. Distance 10,6 km. Visorando 24783600

Septembre

Samedi 12	Départ 7h00 Le chemin des cascades de la Raillère à l'hôtellerie du Pont d'Espagne Le chemin débute en sous-bois dans le Parc National des Pyrénées. De cascade en cascade, nous rejoignons le Pont d'Espagne et son hôtellerie. Le chemin passe en forêt, ce qui est très agréable l'été. On longe le Gave du Marcadau ou de Cauterets. Cette randonnée est une classique de la région. Durée 4h15 ▼ 1 036 m. ▲ 1 491 m. ↗ 533 m. Distance : 9,5 km. Visorando 52347811
Samedi 26	Départ 7h30 Boucle au départ de Saint-Paul-d'Oueil Belle balade au départ de Saint-Paul-d'Oueil en direction des crêtes du tour d'Oueil Larboust avec vue sur les vallées et sur le port de Pierrefitte. Durée 5h10 ▼ 1 123 m. ▲ 1 842m. ↗ 719 m. Distance : 10,9 km. Visorando 2923141

Août à décembre 2026

Octobre

Samedi 10	Départ 8h30 Les Côtes et Saint-Genès au départ de Montgailhard Boucle à partir du village de Montgailhard, proche de Foix, en montant sur les Côtes, puis à Saint-Genès. Randonnée en sous-bois, lors de la montée et de la descente. Peut être un peu glissant si c'est très humide. Le passage sur la crête offre une très belle vue au Sud sur la chaîne pyrénéenne, du Soularac à l'Est à la Pique d'Endron, puis au Roc de Batail à l'Ouest. Durée 3h30 ▼ 439 m. ▲ 860 m. ↗ 433 m. Distance : 7,5 km. Visorando 88094943
------------------	--

Samedi 24



Rando Croustade

Novembre

Samedi 07	Départ 8h00 Sur les pas de d'Artagnan à Lupiac Entre les vallées de la Douze et de l'Auzoue, le village de Lupiac, perché sur une colline, est traversé par le chemin de César, ancienne voie romaine appelée aussi la Ténarèze. Village fortifié, Lupiac a appartenu jusqu'en 1792 à la famille de Batz, connue par le plus célèbre des Gascons: d'Artagnan. Durée 6h00 ▼ 148 m. ▲ 249 m. ↗ 293 m. Distance : 18,5 km. Visorando 290104
------------------	--

MJC Lherm

Samedi 21	Départ 8h00 Le Tarn industriel à Saint-Juéry Une boucle dans la campagne saint-juérienne avant de se rapprocher du Tarn, de ses aciéries et centrales électriques. Un prélude à la visite du Musée du Saut du Tarn, sur un site naturel qui reste exceptionnel malgré les aménagements de l'homme. Durée 5h00 ▼ 143 m. ▲ 277 m. ↗ 243 m. Distance : 15,2 km. Visorando 29289840
------------------	--

Décembre

Samedi 05	Départ 9h00 Tour d'Aurignac et l'Abri de Rhodes Circuit varié, au départ d'Aurignac, qui se déploie sur les collines entourant la cité, et permet de découvrir de belles vues sur la cité et le donjon du château comtal, ainsi que des panoramas sur la chaîne des Pyrénées (table d'orientation)... Promenade à prévoir de préférence par ciel dégagé ! La balade passe devant l'abri préhistorique d'Aurignac ("grotte de Rhodes") qui fut découvert en 1852 et donna le nom "d'Aurignacien" à la période correspondante (35 000 - 26 000 av JC). Panneaux explicatifs sur place. L'itinéraire emprunte quelques chemins en forêt, agréables et bien entretenus ; ramassage de châtaignes possible selon la saison. Durée 5h00 ▼ 323 m. ▲ 488 m. ↗ 374 m. Distance : 13,8 km. Visorando 65023373
------------------	--

COTATION	
EFFORT Difficulté physique de la randonnée	1 2 3 4 5 0-25 26-50 51-75 76-100 > 100
TECHNICITÉ Difficulté technique et motrice. (présence et taille d'obstacle)	1 2 3 4 5 Facile Assez facile Peu difficile Assez difficile Difficile
RISQUE Difficulté liée au danger chute/glissade et des conséquences possibles.	1 2 3 4 5 Facile Assez facile Peu difficile Assez difficile Difficile

Lire attentivement les précisions données au verso.