

# Les "randos du lundi" (saison 2019)

**De nombreux "arcépiens" aiment marcher et découvrir la nature dans une ambiance amicale : pour eux, quelques accompagnateurs bénévoles organisent des sorties les lundi après-midi.**

*Pour cette nouvelle saison 2019, les inscriptions sont closes.*

***Et pour marcher en toute sécurité, merci de consulter les instructions ["marcher en groupe organisé"](#)***

Lundi 30 déc. : dernière marche de l'année 2019 ! Mais tout le monde est déjà dans les préparatifs de la Nouvelle Année, et seulement 13 courageux ont dégourdi leurs jambes sur un parcours de 7 kms (dont 6 kms sur route) sur la commune d'Issus.

Lundi 16 déc. : en cette "presque" veille des Fêtes de Noël, 20 Arcépiens ont fait une petite boucle de 5 kms dans la forêt d'Eaunes.

Lundi 2 déc. : la météo s'améliore mais les chemins restent boueux. 24 randonneurs les ont parcourus autour et dans la forêt d'Eaunes : parcours de 8,9 kms, dén. cumulé 170m, 2h30. Temps couvert mais agréable pour marcher.

Lundi 18 nov. : en raison d'une période pluvieuse et des chemins boueux un parcours de 7,2 kms sur goudron a été choisi à partir de Baumont sur Lèze. Dén. 140 m - 2 h - 25 participants.

Lundi 14 oct. : un fort vent d'autan a découragé nos marcheurs mais 17 courageux ont affronté les rafales sur les côteaux du Lauragais ! Belle balade de 10,5 kms - dén. 200 m - 3h

Lundi 7 oct. : à partir de Puydaniel, boucle de 9,5 kms - dén. env. 100 m - 3h - 29 participants, beau temps - Balade n° 816654 sur le site "calcul d'itinéraires".

Lundi 30 sept. : très belle boucle à partir du village d'Estantens, en suivant les bords de la Garonne, passage par l'Aouach, puis en remontant vers la chapelle de St Amans - 8,5 kms - dén. 100 m - 3h - 20 participants, beau temps chaud.

Lundi 23 sept. : boucle à partir du parking de l'église de Deyme. Beau temps. Une partie du chemin non nettoyée, pleine de ronces, donc impraticable, a obligé les 30 participants à faire un détour rallongeant le circuit d'1 km. Boucle initiale de 8,9 kms - 2h3/4 - dén. 180 m - Itinéraire n° 904812 (voir lien ci-dessous)

Lien : <http://www.calculitineraires.fr/index.php?id=904812#map>

Lundi 16 sept. : la chaleur est revenue mais n'a pas arrêté les 31 participants à cette boucle au départ de Venerque - 7 kms - 2h - dén. 125 m au départ, puis plat jusqu'à Clermont-le-Fort et descente par les bords de l'Ariège.

Lundi 9 sept. : les jambes ont retrouvé leur forme, et 28 participants ont fait le parcours du chemin de la Gleyzette depuis Lacroix-Falgarde - 8,3 kms - 2h30 - dén. 175 m - Belle balade avec le beau temps.

Lundi 2 sept. : tour du "Bois Grand" à partir d'Aureville - 5,3 kms, 1h45, dén. 65m - 17 participants pour cette reprise après la coupure de l'été particulièrement chaud. Parcours ombragé, agréable.

Lundi 1er juillet : dernière balade de l'été depuis Lacroix-Falgarde - 13 participants avec enfants pour une boucle de 4 kms sur le ramier du confluent Ariège-Garonne. N° 918795.

Lundi 24 juin : en raison de la grosse chaleur (canicule dans la journée), balade nocturne sur les bords de l'Ariège à partir de Pinsaguel – 7 kms – pas de dénivelé - 12 participants.

Lundi 17 juin : "Balade de Baruthel" (balade du sud toulousain) au départ du village de Pouze - 7,8 km dont 3 km sur goudron dén. 133 m - 2h10 - 18 participants.

Lundi 10 juin : petite « Balade de la Comtesse » au départ d'Auzeville – Tolosane - 6,7km - 2h15 - dén. 75m - 13 participants.

Lundi 3 juin : belle randonnée sur la journée avec pique-nique au bord des méandres du Mescurt - 13,8 kms - dén. 195 m - 4 à 5h - Départ depuis Bonrepos sur Aussonnelle - 2 boucles par la voie romaine et son moulin - 14 participants par très beau temps. Parcours n° 909217.

Lundi 27 mai : balade en forêt d'Eaunes - 6 kms - sentiers peu pratiqués - 11 participants.

Lundi 20 mai : circuit de 8 kms autour de Roquettes - 20 participants.

Lundi 13 mai : toujours une belle journée pour une boucle de 8 kms à partir d'Ox (HG) - 8 kms, 2h, pas de dénivelé - 20 participants.

Lundi 6 mai : encore une magnifique journée pour une balade inédite tirée du fascicule Sicoval : la boucle d'En Mauran à Ayguesvives (carte IGN au 25/1000) - 7,5 kms, Dén.160m - 2h30 - 27 participants.



Lundi 29 avril : boucle de 8,5 kms à partir de Saint-Clar-de-Rivière - peu de dénivelé - environ 2h30 - Avec le retour du beau temps, 25 participants ont apprécié ce parcours.

Lundi 15 avril : balade intitulée "Les Côteaux du Lauragais" sur la commune d'Auragne - 8,2 kms (dont 1,8 sur route) - Dén. 160 m - 2h30 - 27 participants ont apprécié le paysage mais avec un vent très fort !

Lundi 8 avril : rando en boucle à partir du parking du bas de Clermont Lefort (Rivedaygue) dist : 7 km, Dén. cum 124 m (petits rampaillous) - 2h – parcours : chemin de St Maurice, petit bois de Vénerque, retour par bords d'Ariège. 23 participants, beau temps (malgré une mauvaise météo).

Lien : n° 888857 sur : [www.calculitineraires.fr](http://www.calculitineraires.fr)

Lundi 1er avril : belle balade à partir de Lacaugne (HG), dans la Vallée de la Lèze - 6,5 kms (ou plus) dont 3,5 sur route - Dén. 200m- belle vue sur les Pyrénées par beau temps - 27 participants.

Lundi 25 mars : longue boucle de 8 kms à partir de Montaut (HG) dont 3 kms sur goudron - Dén. 185 m - 2h30 - Nombreuses montées et descentes ! 27 participants, un peu de vents, temps sec.

Lundi 18 mars : boucle à partir de l'église de Mervilla : 7,2 kms - 2h - Dén. 90 m - Passage par Auzeville-Tolosane et en particulier devant le beau "Castel Marly". Très beau temps dont ont profité les 31 participants.



Lundi 11 mars : boucle en bord de garonne et plaine, entre l'église de Saubens et le Carmel de Muret - 8 km - dén. 110 m - 2h30 - 25 participants, beau temps printanier.



Lundi 4 mars : balade dans le " bois de la mecque" à partir du village de Lagrace-Dieu - 6,8 km - dén. 90 m - 2h. Temps couvert, 13 participants.

Lundi 25 février : vacances scolaires obligent, balade à la portée des enfants : ils étaient 8, accompagnés de 18 adultes - Circuit de Marcounat - 5,5 kms - dén. 122 m - 1h30. Très beau temps.

Lundi 18 février : balade sur les coteaux d'Auterive : 19 participants ont parcouru les 8,2 kms (dont 4,5 sur route goudronnée) - Dén. 150 m - 2h30 - Très beau temps, mais avec du vent d'Autan - Portion de balade du document "Sentes et Layons". Difficultés : 1 passage à gué, 3 passages très boueux et chemins abimés par les tracteurs.

Lundi 11 février : découverte d'un nouveau circuit à partir du pont de Pinsaguel : la boucle du confluent - 7km - 2h - pas de dénivelé : très jolie balade dont une partie en sous-bois recouvert d'un magnifique tapis de perce-neiges ! 24 participants. Tracé consultable sur le site <http://www.calculitineraires.fr/index.php?id=866518#map>



Lundi 4 février : à partir de Beaumont-sur Lèze, boucle d'environ 6 km - dénivelé : 130 m - 1h 45 mn : circuit sur route goudronnée en raison de fortes pluies ayant précédé la sortie (trop de boue sur les chemins). 22 participants.

Lundi 21 janvier : à partir du parking de Montcalm (face à la déchetterie de Ramonville sur la D35)- Passage par sentier botanique, circuit des abeilles, Pechbusque, traversée technique du Reguo - 22 participants sur un chemin en grande partie boueux - 7, 5 km - 2h30 - Dénivelé cumulé : 160m (rampailous) - itinéraire n° 861380 ([www.calculitineraires.fr..](http://www.calculitineraires.fr..))

Lundi 14 janvier : boucle à partir de La Hyse (Venerque) - 8,2 kms (dont 3,4 sur route goudronnée) - 2h - 75 m dén. 16 participants avec un temps couverts proche de la pluie...

Lundi 7 janvier : première randonnée de la nouvelle année avec 23 participants enthousiastes, malgré un froid piquant. Boucle de 7,5 kms à partir d'Estantens, 2h30, 130 m de dénivelé sur de petits rampillous, en passant le long de l'Ariège et dans les bois. Les "marcheurs du lundi" ont mis en pratique leur intérêt pour l'environnement en remplissant 2 sacs poubelles de détritrus divers, en majorité cannettes ou bouteilles en plastique !