

DEPLACEMENT EN VEHICULE POUR ALLER SUR LE LIEU DE LA RANDONNEE: Vos accompagnateurs souhaitent que TOUS les randonneurs prennent à tour de rôle leur véhicule (covoiturage).

Il est demandé à tous les randonneurs d'avoir dans leur sac un papier indiquant leur identité et la ou les personnes à contacter avec leurs coordonnées.



RANDO DE NUIT.
Vendredi 19 septembre 2025 21h
Viviers les Montagnes.
Une fiche d'inscription vous sera adressée.

Info: LUCIEN 06 12 38 75 96

TELETHON : samedi 6 décembre 2025
Des précisions seront données.

QUELQUES RAPPELS.

Pour participer aux activités du club de randonnées des M.J.C. de SAIX –VIVIERS LES MONTAGNES, il faut:

- Être membre de l'une des M.J.C. du Tarn .L'adhésion à la MJC de SAIX ou de VIVIERS comprend une assurance qui vous couvre (randonneurs et animateurs) pour toutes les randonnées effectuées dans le cadre de ce programme et uniquement.
- Fournir un certificat médical d'aptitude à la randonnée pédestre pour les nouveaux inscrits (pour les autres, questionnaire médical officiel qui sera donné).
- La M.J.C. de SAIX demande une participation de 21 euros (participation aux frais généraux communs : entretien du bâtiment, propriété de la MJC, et salles de réunions, frais administratifs et de fonctionnement, frais de personnel au secrétariat et à l'entretien...) et la M.J.C. de VIVIERS 5 euros (participation aux frais généraux...).

Adhésion à la Fédération Française de Randonnée Pédestre FFRP :

Afin de montrer notre soutien aux actions d'entretien et de promotion en faveur des chemins de randonnées, afin de profiter des avantages qu'elle procure (**assurance pour toutes les randonnées y compris personnelles, réductions dans certains magasins...**), afin d'être reconnus par les administrations et pour se montrer solidaires (balisages et entretien de chemins...), les responsables vous proposeront **une licence 2026** dont les tarifs seront précisés dans la grille qui vous sera donnée.

SECTION RANDO DES M.J.C. DE SAIX et DE VIVIERS-LES-MONTAGNES.

CALENDRIER 2025 –2026

CLUB AFFILIE A LA FFRP

DIMANCHE à la journée : Départ boulangerie VIVIERS à 8H.

LUNDI après-midi : Départ la Mouline SAIX à 13 H 15.

LUNDI à la journée : Départ boulangerie VIVIERS à 8 H.

MARDI après-midi : Départ la Mouline SAIX à 13 H 15.

JEUDI après-midi : Départ la Mouline SAIX à 13 H 30.

VENDREDI après-midi : Départ la Mouline SAIX à 13H 15.

CONTACTS:

M.J.C.SAIX: 05 63 74 82 29

M.J.C.VIVIERS: 06 71 93 29 62

Dimanche: A.GIMENO: 06 71 93 29 62 Gérard CAMP: 06 87 48 99 27

Jacques BONNEL: 06 73 14 75 81 Jacques GENOUDET: 06 24 06 12 74

Yves NEGRE: 06 88 67 42 95 Marc HERVIER: 06 73 740745

Thierry GUIBBERT: 06 78 18 00 67

Lundi journée: Yves NEGRE: 06 88 67 42 95

Pierre BOUISSET: 06 43 26 64 15 Irène SEGUIER: 07 81 29 08 19

Alain MILHAUD: 06 28 06 69 76

Lundi après-midi: Daniel VAL: 06 50 69 67 90

J.F DURAND: 06 71 43 06 13 Christian TRESSOL: 06 78 35 22 18

Mardi: Jacques BONNEL: 06 73 14 75 81

Jacky GENOUDET: 06 24 06 12 74 Alain GIMENO: 06 71 93 29 62

Yves NEGRE: 06 88 67 42 95 Gérard CAMP: 06 87 48 99 27

Roselyne GUIBBERT: 06 78 18 00 67

Jeudi: J.F DURAND: 06 71 43 06 13 Claude ROQUES: 06 71 28 26 08.

J-C RAMOND: 05 63 74 70 04

Vendredi: Aimé MONTAGNE: 06 16 37 45 48

Gérard PIQUEMOLES: 06 76 24 01 99

Pascal BARTHES: 06 83 16 77 88 Jean IMBERNON: 06 95 20 52 04

RANDOS SPORTIVES DES DIMANCHES

Avant votre première sortie, **informez-vous** auprès d'un responsable des difficultés éventuelles du circuit proposé, de l'équipement souhaitable...

Pour chaque sortie : bonnes chaussures de randonnée, carte MJC obligatoire.

Dans le sac à dos : cape de pluie, gourde d'eau, en-cas, pique-nique pour midi et goûter pour l'après-midi indispensables. Chiens non souhaités.

En cas de mauvais temps: la randonnée sera reportée au dimanche suivant.

En général, randonnées de **5 à 7 H de marche**. Départ : boulangerie de VIVIERS

Dates	Départ	Lieux	Animateurs	A noter
07.09.2025	8H	TANUS	Alain Jacques	16 km + 720m
12.10.2025	8H	MAS CABARDES- ROQUEFERE.	Yves	18 km +900m
09.11.2025	8H	Collines pays de LAVAU.	Jacques	
07.12.2025	8 H	CABARETOU- Saut de VESOLE	Yves	19 km +590m
11.01.2026	8 H	LABASTIDE- ROUAIROUX Nord	Alain	16 km +680m Galette
08.02.2026	8 H	SAINT PIERRE DE TRIVISY	Gérard	
15.03.2026	8H	CABARDES- TOURETTE -MIRAVAL- roc BOUGRE	Alain	17 km + 720m
12.04.2026	8H	CITOU	Yves	18km +800m
10.05.2026	8H	CAROUX-MAUROUL- BOURDILS-MONTAHUT	Groupe Caroux	
14.06.2026	8H	RANDO-SURPRISE	Animateurs	Chut!!!

Sorties PYRENEES avec nuits en refuges:

1/2et 3 JUILLET 2026 et 26/ 27et 28 AOUT 2026

Lieux précisés en décembre et inscriptions en janvier-février.

RANDOS DES LUNDIS A LA JOURNEE

Sorties programmées **tous les lundis**, vacances comprises (sauf lundis fériés). Départ : Place de la boulangerie VIVIERS à 8 H.

Accompagnateurs : Pierre BOUISSET, Yves NEGRE, Irène SEGUIER, Alain MILHAU.

RANDOS DES LUNDIS APRES-MIDI

Début : **lundi 1 septembre.**

Départ : berges de la Mouline à Saïx, à 13 h 15.

Pas de lieu prévu à l'avance, pas d'heure de retour précise! Lieu de sortie choisi en fonction du temps et des responsables. 3 à 4 heures de marche.

Accompagnateurs : Daniel VAL, Jean-François DURAND, Christian TRESSOL, Jean VEAUTE ,

RANDOS DES MARDIS APRES-MIDI

Début : **mardi 2 septembre**

Sorties programmées hors vacances scolaires.

Départ : A 13 h 15, des berges de la Mouline à Saïx.

Caractéristiques : A la portée de tout randonneur sportif :3 heures de marche environ, 9 à 12 km, des montées. Chiens non souhaités.

Accompagnateurs : Jacques BONNEL, Gérard CAMP, Jacques GENOUD-DET, Alain GIMENO, Roselyne GUIBBERT, Yves NEGRE, ...

RANDOS DOUCES DES JEUDIS APRES-MIDI

Début : **jeudi 4 septembre.**

Départ : 13h 30 des berges de la Mouline à Saix.

Caractéristiques : 2 h de marche environ sans gros dénivelés.

Accompagnateurs : Jean-François DURAND, Claude ROQUES , Jean-Claude RAMOND.

RANDOS DES VENDREDIS APRES-MIDI

Début : **vendredi 5 septembre.**

Départ : 13h15 Berges de la Mouline à SAIX.

Caractéristiques : 2 à 4 heures de marche dans les environs, à la demande.

Accompagnateurs : Aimé MONTAGNE, Michel BOURGES, Gérard PIQUEMOLES, Pascal BARTHES, Jean IMBERNON.