

Planning 1 er trimestre 2026



Activité	Date	fin	description	Lieu	tech	Phy	Nb	Encadrants	insc
Randonnée	04/01/2026		Rando du nouvel an Frère Bruno 16 klm 800 D+	St Guilhem				E Ponty	
VTT	06/01/2026		Rando galette					L. Galfi	
Randonnée	06/01/2026		Montagne de la Selette 16 km 350 D+	Viols le Fort	2	2		JM Benoit	
Escalade	07/01/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
Randonnée	08/01/2026		Chateau de fressac 19 km 350 D+	Sauve				C.Mathieu	
Formation	08/01/2026		Initié rando montagne: Sécurité/ Conn. Milieu/Assurances...18h 22 h	St Gély du Fesc			10	G Audoux-A Oggero	
VPT	09/01/2026		De Sommières à Caveirac 48 km 400 m galette	Sommières	1	1		A Polfliet G Favas+E	
Handicaf	10/01/2026		Rando Galette Handicaf Autour de Gabriac 12,3km et 210m D+	Notre Dame de Londres	1	1		A Flacon	
Randonnée	10/01/2026		Rando galette: l'Hortus 12 klm 459 D+ IBP 59	Rouet	1	1		E Ponty	
Escalade	11/01/2026		Escalade grotte de Demoiselles 9h30-13H	Thaurac	2	2	10	JM Gosselin	
Formation	11/01/2026		Cursus Initié rando montagne : rando en terrain escarpé	Navacelles	3		10	G Audoux - A Oggero	
VTT	13/01/2026		Trace de Virginie - intermédiaire+					L. Galfi	
Randonnée	13/01/2026		Les Falaises de Lauret 17 km 400 m D+	Lauret	2	2		L. Bernard	
Ski Rando	13/01/2026		3 jours ski de rando initiés selon neige	Alpes ou Pyrénées				C.Mathieu	
Handicaf	14/01/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
Escalade	14/01/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
formation	15/01/2026		formation DVA salle Maurice Bousquet	St Gély du Fesc				E Ponty	
VTT	16/01/2026		Au départ de Saint Gély...	St Gély du Fesc	2	2	10	G audoux	
VPT	16/01/2023		Saint-Gely, Sauteyrargues, Sauviac, Lauret, St-Mathieu	St Gély du Fesc	2	2		P. Ivars + élève	
Handicaf	17/01/2026		petits randonneurs Belvédère du Berger 8,6 km 100 m D>0	Puechabon				A Polfliet	
Raquettes	17/01/2026	19/01/2026	Week end raquettes NA1 du 17/01 au 19/01	Porte Puymorens				E Ponty	
Ski Alpin	18/01/2026		Week endski de piste du 16 au 19 /01	Les arcs			12	L Regnier	
Randonnée	18/01/2026		Grotte du Maure par Gornières	Gornies				G Audoux	
randonnée	20/01/2026		Mas Martin grotte du bois de Paris 17,5 km 450 m D>0	Carnas	2	2		G Salles	
VTT	20/01/2026		Sussargue proposée par Pascal	Sussargue				L. Galfi	
Escalade	21/01/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	23/01/2026		Aumes	Aumes	1	2		G.Favas + élève	
VTT	23/01/2026		Aumes	Aumes	2	2		P. Ivars	
Escalade	24/01/2026		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	St Bauzille de Montmel	3	3	6	JM Sillou	
Handicaf	24/01/2026		Grands randonneurs ou raquettes						
Multi-activites	24/01/2026	31/01/2026	Camp d'hiver	Chatel			30	JM Benoit	
Randonnée	25/01/2026		Saut des Mazérages, belvédères, maison des légendes 16km 780m D+	St Guilhem	2	3	12	J Perlès	
Escalade	25/01/2026		Escalade St Jean de Buèges 9h30-13H	St Jean de Buèges	2	2	10	JM Gosselin	
Handicaf	28/01/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
VTT	27/01/2026		Quissac 39km	Quissac				L. Galfi	
Randonnée	27/01/2026		De Dio à St Amans 16,3 kms 450m D+	Dio	1	1		B Brochier	
Escalade	28/01/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	30/01/2026		Chateau de l'Engarran/ Murviel / Cournon	Saint-Georges	1	2		G.Favas + élève	
Randonnée	31/01/2026	02/02/2026	WEEK END raquettes alpines du 31/01 au 2/02	Refuge des Camporells				JP Pitot et E Ponty	
VTT	03/02/2026		Clapier	Clapier	2	2		X. Chamouleau	
Randonnée	03/02/2026		St André de Majencoules depuis Pont d'Hérault 17 kms 900m D+	St André de Majencoules	2	2		B Brochier	
Escalade	04/02/2026		Altissimo 19h- 22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	06/02/2026		Vauvert St Gilles 48 km 130 m	Vauvert				A Polfliet G Favas + E	
Handicaf	07/02/2026		Grands randonneurs ou raquettes						
Randonnée	08/02/2026		Les 4000 marches 1200 D+ 19 klm	Valleraugue	2	3		E Ponty	
VTT	10/02/2026		St Paul et Valmalle		2	2		L. Galfi	
Randonnée	10/02/2026		Le Col des Fosses 500 m D+ -15,2 Km	Conduzorgues	2	2		L. Bernard	
Handicaf	11/02/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	

Escalade	11/02/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	13/02/2026		Pignan, Mèze, Balaruc, Montbazin	Pignan	1	2		G.Favas + élève	
Descente de canyon	14/02/2026		formation « initiés canyon	a déterminer	2	2	5	JP Pitot	
Handicaf	14/02/2026		Grands randonneurs ou raquettes						
Escalade	15/02/2026		Escalade St Jean de Buèges 9h30-13H	St Jean de Buèges	2	2	10	JM Gosselin	
Descente de canyon	15/02/2026		canyon sec / à déterminer selon public	a déterminer	2	2	5	JP Pitot	
Randonnée	15/02/2026		Les falaises de St Jean de Bueges 12 kms D+ D-650 M	St Jean de Bueges	2	2		V.Michat	
VTT	17/02/2026		Roc de la Vigne? 32 km, D+ 900m	St Jean de Fos	3	3		P. Perrey	
Randonnée	17/02/2026		CAMBO CAGNASSES 16,5 km 790 D+	CAMBO	2	2		G.SALLES	
Escalade	18/02/2026		Altissimo	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	20/02/2026		Manade et tradition taurine au depart du Triadou	Triadou	1	2		G.Favas + élève	
Handicaf	21/02/2026		Trail					JM Benoît	
Escalade	21/02/2026		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	St Bauzille de Montmel	3	3	6	JM Sillou	
Randonnée	22/02/2026		Crête de la Taillade et rocher du Causse 19km 460m D+	Claret	2	2	12	J Perlès	
VTT	24/02/2026		Sussargues					X. Chamouleau	
Randonnée	24/02/2026		Castellas d'Aumelas - Chapelle du Cardonnet 16 km 300 D+	Aumelas	2	2		JM Benoît	
Handicaf	25/02/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
Escalade	25/02/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	27/02/2026		Pic de Vissou, départ Villeneuve	Villeneuve	1	2		G.Favas + élève	
Handicaf	28/02/2026		Petits randonneurs					A Flacon	
Raquettes	28/02/2026	05/03/2026	Séjour raquettes Encantats du 28/02 au 5/03					E Ponty	
Randonnée	01/03/2026		Le cirque de Vissec et moulin la foux 17,5 600mD+					C Mathieu	
Raquettes	02/03/2026	06/03/2026	Séjour raquettes (destination a definr)		2	2		G Audoux	
VTT	03/03/2026		Trace de Virginie et Yves - intermédiaire					L. Galfi	
Randonnée	03/03/2026		Peyre Martine depuis St Jean de Buèges 15 kms 900m D+	St Jean de Buèges	2	2		B Brochier	
Escalade	04/03/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	06/03/2026		Argelliers DFCI	Argelliers	1	2		P. Ivars + G.Favas + élève	
Handicaf	07/03/2026		Grands randonneurs					A Polfliet	
VTT	10/03/2026		Trace de Stéphane		3	3		P. Perrey	
Randonnée	10/03/2026		Sortie vautours avec intervenant LPO					PY Le Gal	
Handicaf	11/03/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
Escalade	11/03/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	13/03/2026		Autour du Puech de Mourgues 44 km 600 m	Montaud				A Polfliet G Favas + E	
Handicaf	14/03/2026		Canyon ou via feratta					JP Pitot	
Escalade	14/03/2026		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	Carrière de Boisseron	3	3	6	JM Sillou	
Handicaf	14/03/2026		Trail					JM Benoît	
Canyon	15/03/2026		canyon à déterminer selon public, météo et niveau d'eau	a déterminer	2	2	5	JP Pitot	
Randonnée	15/03/2026		Du Vigan à Mandagout 18km 760m D+	Le Vigan	2	3	12	J Perlès	
VTT	17/03/2026		... à venir					L. Galfi	
Randonnée	17/03/2026		Logrian 15km 360D+	Logrian	2	2		G.SALLES	
Escalade	18/03/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VTT	20/03/2026		Lagamas rocher des vierges 43 km 714 m	Lagamas				A Polfliet	
VPT	20/03/2026		Lagamas rocher des vierges 43 km 714 m	Lagamas				A Polfliet	
Handicaf	21/03/2026		Spéléo grotte de volpolière	St Hippolyte du fort				JP Pitot	
Handicaf	21/03/2026		Grands randonneurs Le bois de sauzet 13 km 180 m D> 0					A Polfliet	
Formation	21/03/2026	22/03/2026	Perfectionné rando Montagne - module 3.3 (Carto 2)	L'esperou	3		12	G audoux-X Chamoulaud	
Escalade	22/03/2026		Escalade St Bauzille de Montmel 9h30-13H	ST Bauzille de Montmel	2	2		JM Gosselin	
VTT	24/03/2026		... à venir					P. Ivars	
Randonnée	24/03/2026		Fondespierre, aqueduc, carrières de Beaulieu 15 km 200 D+	Castries	2	2		JM Benoît	
Handicaf	25/03/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
Escalade	25/03/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	27/03/2026		St Mathieu Sommières 52 km 450 m	St Mathieu de trévièrs				A Polfliet G Favas +E	
VTT	27/03/2026		Sommières 182-bleu_n4	St Mathieu de trévièrs	2	2		P.Ivars	
Handicaf	28/03/2026		Petits randonneurs						

Randonnée	29/03/2026		Le massif de la Clape 14 klm 350 D+ IBP 52	Gruissan				E Ponty	
VTT	31/03/2026		... à venir					X. Chamouleau	
Randonnée	31/03/2026		Max Nègre depuis St Guilhem 15 kms 800m D+	St Guilhem le Désert	2	2		B Brochier	
Escalade	01/04/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	03/04/2026		Tour de l'Etang de l'Or 63 km 200 m	Baillargues				A Polfiet + eleve	
VTT	03/04/2026		Saint-Christol - 34km	Saint-Christol	2	2		P.Ivars	
Handicaf	04/04/2026		Trail					JM Benoit	
Escalade	04/04/2026		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	Villetelle	3	3	6	JM Sillou	
Randonnée	05/04/2026		Rochers de la Tude depuis Gorniès 19km 840m D+	Gorniès	2	3	12	J Perlès	
VTT	07/04/2026		La gardiole, 37 km, D+ 1020 m	Fabrègues	3	3		P. Perrey	
Randonnée	07/04/2026		La Couvertoirade - Larzac	Le Caylar	2	2		JM Benoit	
Handicaf	08/04/2026		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou	
Escalade	08/04/2026		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou	
VPT	10/04/2026		Lac du Salagou	Vailhes	1	2		G.Favas + élève	
VTT	10/04/2026		Lac du Salagou	Vailhes	2	2		P. Ivars	
Handicaf	11/04/2026		Petits randonneurs					A Polfiet	
Escalade	11/04/2026		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	Villetelle	3	3	6	JM Sillou	
Formation	12/04/2026		Perfectionné rando Montagne - Module 3.2 réussir sa sortie	Navacelles	3		12	G audoux - X Chamoulaud	
Spéléo	12/04/2026		reco de la grotte des claris	St Hippolyte du fort	2	2	5		
VPT	17/04/2026		St-Jean-de-Fos, Arboras, Château de Montpeyroux	Saint-Jean-de-Fos	1	2		P Ivars	
VPT	17/04/2026		St-Jean-de-Fos, Arboras, Château de Montpeyroux	Saint-Jean-de-Fos	1	2		G.Favas + élève	

les lundi et mercredi soir marche nordique RV 18h précises soit UCPA ST Clément soit Parc de Restinclières ;parcours de 9km allure soutenue,

Nouveau : le Mercredi scéance à 09h00 même lieux .

Le lieu et les horaires de départ seront précisés par les encadrants dans le message de convocation

Pour connaître le détail de toutes ces sorties, veuillez consulter le site de notre club CAF PSL : clubalpinpicsaintloup.ffcam.fr puis cliquer sur "agenda"

Pour les week-end et les sorties avec numerus respectez les dates limites d'inscription

des doutes , des questions, contactez le 0685712490



IMPORTANT : dorenavant les inscriptions préalables seront nécessaires sur notre site : clubalpinpicsaintloup.ffcam.fr onglet "inscriptions sortie"