



Planning 2 ème trimestre 2026

Activité	Date	fin	description	Lieu	technique	Physique	Nb	Encadrants	insc	Lieu de RDV
Escalade	1/4		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou		
VPT	3/4		Autour du Puech des Mourgues 45 km 700 m	Montaud				A Polfiet + eleve		
VPT+	3/4		Saint-Christol - 34km	Saint-Christol	2	2		P.Ivars		
Handicaf	4/4		Trail					JM Benoit		
Escalade	4/4		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	Villetelle	3	3	6	JM Sillou		
Randonnée	5/4		Rochers de la Tude depuis Gorniers 19km 840m D+	Gorniers	2	3	12	J Perlès		
VTT	7/4		La gardiole, 37 km, D+ 1020 m	Fabrigues	3	3		P. Perrey		
Randonnée	7/4		Caroux ravin des Charbonniers et vire Guy Pistre, ou vire du Rieutord	Mons la Trivale	3	3	5	A Oggero		Espendir
Randonnée	7/4		Les Falaises de Lauret	Lauret	2	2		L. Bernard		Espendir 8h30
Handicaf	8/4		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou		
Escalade	8/4		Altissimo 19h-22h	Grabels	3	3		JM Sillou		
VPT	10/4		Lac du Salagou	Vailhes	1	2		G.Favas + élève		
VPT+	10/4		Lac du Salagou	Vailhes	2	2		P. Ivars		
Handicaf	11/4		Petits randonneurs					A Polfiet		
Escalade	11/4		Séance ELAN (perfectionnement et préparation initiateur FFCAM)	Villetelle	3	3	6	JM Sillou		
Multi*activité	11/4		Anniversaire 30 ans Caf PSL					L Régnier		
Formation	11/4		Formation perfectionné - module réussir sa sortie/ UFCA	Saint Gély du fesc				G Audoux		Salle municipale
Formation	12/4		Perfectionné rando Montagne - Module 3.2 réussir sa sortie	St Jean de Bueges	3		12	G audoux - X Chamoulaud- JP Pitot		
Spéleo	12/4		reco de la grotte des claris	St Hippolyte du fort	2	2	5	JP Pitot		
Randonnée	12/4		Un tour technique dans le Caroux 1067 D+ 13,5 klm IBP 126	Mons la Trivale	3	3	4	Ponty		Espendir
Randonnée	14/4		MAS MARTIN 16 km D+ 420	St Bauzille de Montmel	2	2		G.SALLES		Ependir 8h
VTT	14/4		Pinèdes du Lez trace de Stéphane		3	3		P. Perrey		
VPT +	17/4		St-Jean-de-Fos, Arboras, Château de Montpeyroux	Saint-Jean-de-Fos	1	2		P Ivars		
VPT	17/4		St-Jean-de-Fos, Arboras, Château de Montpeyroux	Saint-Jean-de-Fos	1	2		G.Favas + élève		
Formation	18/4		Formation Premiers secours citoyens	Grabels			10			Grabels
Handicaf	18/4		Grands randonneurs					A Flacon		
Randonnée	19/4		Cirque de Label 13 klm 600 D+ IBP 61	Lauroux	2	2		E.Ponty		
VTT	21/4		Tour du lac de Claret depuis Corconne 34km D+760 cotation UTAGAWA	Corconne				L. Galfi		
Randonnée	21/4		La Couvertoirade - Larzac : rando grillades	Le Caylar	2	2		JM Benoit		
Randonnée	21/4		Caroux ravin des Charbonniers et vire du Rieutord ou Grande Grésouire	Mons la Trivale	3	3	5	A.Oggero		
Handicaf	22/4		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou		
VPT	24/4		Les Moulins de l'Hérault 47 km 180 m D>0	Pézenas	1	1		A Polfiet		
Handicaf	25/4		Trail					JM Benoit		
Randonnée	26/4		Col de Mouzoules 13.5 km D+ 800m	Aumessas	2	2	12	J.Perlès		
VTT	28/4		trace sur proposition de Pascal... à venir		3	3		X. Chamoulaud		
Randonnée	28/4		a définir					B Brochier		
Randonnée	3/5		Les falaises de St Jean de Bueges D+ 630 M 12 KMS	St Jean de Bueges	2	2	12	V.MICHAT		
VTT	5/5		préparation au passage « Initié en VDM » à St Sauveur accompagné de P	St Sauveur	1	1		L. Galfi		
Randonnée	5/5		les Suquets 17 kms D+ 573 m	Mialet	2	2		X Alain		
Handicaf	6/5		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou		
Handicaf	9/5		Canyon					JP Pitot		
Randonnée	10/5		Tour du plateau du Guilhaumard	Clapiers	2	3		G Audoux		espendir 8H
VTT	12/5		Trace à venir sur proposition d'yves		3	3		P. Perrey		
Randonnée	12/5		Portail de Roquandouire 21,4 km 910m	St Gervais sur Mare	2	3		G.SALLES		Espendir 8h
VPT	15/5		De Beaulieu à Villeveille	Beaulieu				A Polfiet		
Handicaf	16/5		Trail					JM Benoit		
Randonnée	17/5									
Randonnée	18/5	21/5	Mini séjour rando - massif à définir sud Vercors ou Buech	A definir	3-4.	3		G Audoux		Espendir
Randonnée	19/5		Le Causse noir 15,5 km - 580 m D+	Cantobre	2	2		JM Benoit		Espendir
Handicaf	20/5		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8	JM Sillou		

VPT	22/5									
Handicaf	23/5		Petits randonneurs	Carrières de Junas					J.Grivaz	Junas
Randonnée	24/5		Sommet du Caroux et vire de Roque Rouge 14km 1050m D+	Colombières sur Orb	2	3	12		J.Perlès	
VTT	26/5		passage niveau « Initié en VDM » accompagné de Philippe	St Sauveur	1	1			L. Galfi	
Randonnée	26/5		Peyre Martine depuis St Jean de Buèges 15 kms 900 m D+	St Jean de Buèges	2	2			B Brochier	Espendir
VPT	28/5	29/5	A definir						G Audoux	
Formation	30/5		Formation premiers secours citoyens	St gély du fesc			10			Salle municipale
Handicaf	30/5		Grands randonneurs						A Flacon	
Randonnée	31/5		A definir						G Audoux	
VTT	2/6		descente de l'Aigoual 38km D-1802m NOIRE très engagé	Mt Aigoual	4	4			X. Chamoulaud	
Randonnée	2/6		Les 4000 marches 1200 m D+ distance à voir	Valleraugue	2	3			B Brochier	
Handicaf	3/6		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8		JM Sillou	
VPT	5/6		Pic de Vissou		2	2			G Favas	
Handicaf	6/6		Trail						JM Benoit	
VPT	7/6		Tour de l'étang de Thau + Paëlla organisé par Marseillan	Marseillan	1	1			G Favas	
Randonnée	7/6		Les gorges du Trevezel D+ 860 M 19 Kms	Treves	2	3	12		V.MICHAT	
VTT	9/6		proposition de trace par Pascal	... à venir	3	3			L. Galfi	
Randonnée	9/6		Sortie vautours	Blandas	2	2			G Audoux	Espendir
Randonnée	9/6		L'Oiselette 15 km - 690 m D+	Saint-Laurent le Minier	2	2			JM Benoit	Espendir
VPT	12/6		Autour de l'Aigoual 42km 900 m D>0	L'Espérou	2	2			A Polfliet	
Handicaf	13/6		Grands randonneurs						J.Grivaz	
Randonnée	14/6		Notre dame de Parlatge 15,4 km 500 m D>0	Parlatges	1	1			A Polfliet	
VTT	16/6		trace de Virginie	... à venir	2	2			P. Perrey	
Randonnée	16/6		Pic de TANTAJO 19,6 km D+715	FAUGERE	2	3			G.SALLES	Ependir 8h
Handicaf	17/6		Escalade Altissimo	Grabels	2	2	8		JM Sillou	
VPT	19/6		Vélo-huitres						JJ Vuillemenot	
Handicaf	20/6		Petits randonneurs						A Polfliet	
Randonnée	20/6	22/6	week end Alpes détail ultérieurement		3	3			Ponty	
Randonnée	21/6									
VTT	23/6		rando saucisse avec les « fournitures » de Stéphane	... à venir	3	3			X. Chamoulaud	
Randonnée	23/6		Sunrise in Pic Saint-Loup : pique-nique nocturne 10 km - 350 D+	Cazeville	2	2			JM Benoit	Espendir 19h00
VPT	26/6									
Randonnée	27/6	4/7	Camp d'été	St Lary Soulan						
VTT	1/9		trace à proposer	... à venir	3	3			L. Galfi	
VTT	8/9		trace à proposer	... à venir	3	3			P. Perrey	
VPT	11/9		Vélo-moules Le tour de l'étang de l'Or 63 km 100 m D>0	Baillargues	1	1			A Polfliet	
VTT	15/9		trace à proposer par Stéphane	... à venir	3	3			L. Galfi	
Multi activités	20/7	25/7	Camp inter Clubs	Aragnouet					Ponty	

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 0678371183**



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