

**SÉGALA.**  
AVEYRON - TARN  
SAUVAGE DE CARACTÈRE



**PROGRAMME DES  
RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES**

**ÉTÉ 2026**

## MARDI 7 JUILLET 2026

### ALBAGNAC - MOULIN DE BERNADOU - PRADINAS

10 km / 3h30 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Gérard ESPINASSE	06 26 03 90 11
Pierre DELCAUSSE	06 84 78 44 65
Jean-Pierre TUERY	06 50 83 95 30

Covoiturage : 1,50€

## JEUDI 9 JUILLET 2026

### LA BORIE BASSE - VILLELONGUE

8 km / 3h00 / \*\*

Départ de Naucelle à 9h00

#### ANIMATEURS :

René BARRES	07 80 54 47 68
Claude COSTES	06 60 53 70 14

Covoiturage : 1,50€



## MARDI 15 JUILLET 2025

### LA ROUYRIE - LA PLANQUE- LE POUGET

9 km / 3h00 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 20h30

#### ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE  
Gérard ESPINASSE  
Jean-Pierre TUERY

Covoiturage : 1,50€



*NOCTURNE : prévoir lampe torche ou frontale  
et, si possible, gilet fluo.  
Traversée du Parc animalier de la Planque. Pas  
de chien même tenu en laisse.*

## JEUDI 16 JUILLET 2026

### CHÂTEAU DE TAURINES

7 km / 2h30 / \*\*

Départ de Naucelle à 17h30

#### ANIMATEURS :

Maxime CAZALS	06 40 89 96 01
Roland BESSIERE	06 26 85 67 70

Covoiturage : 1,50€

*SEMI NOCTURNE  
Apéritif offert*



## MARDI 21 JUILLET 2026

### SAUVETERRE - LES CAYROUX - LES ESCOURGATS

9 km / 3h00 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Ghislaine GRANDET	06 81 89 86 53
Jean-Michel LAFFAGE	06 31 63 68 04
Gérard ESPINASSE	06 26 03 90 11

Covoiturage : non

*Apéritif offert*



## JEUDI 23 JUILLET 2026

### LA VALLÉE DE LA NAUZE CALMONT

8 km / 2h45 / \*\*

Départ de Naucelle à 9h00

#### ANIMATEURS :

Jean-Marie MALGOUYRES	06 70 72 30 85
Francis TREBOSC	06 72 04 35 07

Covoiturage : 1,50€

## MARDI 28 JUILLET 2025

### VALLÉE DU MERGOU - ALBAGNAC

8 km / 3h30 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Gérard ESPINASSE	06 26 03 90 11
Jean-Michel LAFFAGE	06 31 63 68 04
Jean-Pierre TUERY	06 50 83 95 30

Covoiturage : non

## JEUDI 30 JUILLET 2026

### NAUCELLE - JALENQUES

6 km / 2h30 / \*\*

Départ de Naucelle à 9h00

#### ANIMATEURS :

Claude COSTES	06 60 53 70 14
Jean-Marie MALGOUYRES	06 70 72 30 85

Covoiturage : non



## MARDI 4 AOÛT 2026

### GRAMOND - BOUSSAC

8 km / 3h00 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Ghislaine GRANDET	06 81 89 86 53
Pierre DELCAUSSE	06 84 78 44 65
Jean-Pierre TUERY	06 50 83 95 30

Covoiturage : oui (1,50€)

## JEUDI 6 AOÛT 2025

### CHÂTEAU DU BOSQ

7 km / 2h30 / \*\*

Départ de Naucelle à 17h30

#### ANIMATEURS :

Claude COSTES	06 60 53 70 14
René BARRES	07 80 54 47 68

Covoiturage : 1,50€

SEMI NOCTURNE  
Apéritif offert



## MARDI 11 AOÛT 2026

### SAUVETERRE - LES FRÈRES - LA GAZONNE - MOULIN DE CAUSSE

7 km / 2h30 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Pierre DELCAUSSE	06 84 78 44 65
Jean-Michel LAFFAGE	06 31 63 68 04
Jean-Pierre TUERY	06 50 83 95 30

Covoiturage : non

Apéritif offert



## JEUDI 13 AOÛT 2026

### LAVERGNE - CASTELMARY

8 km / 2h30 / \*\*

Départ de Naucelle à 9h00

#### ANIMATEURS :

Francis TREBOSC	06 72 04 35 07
Bernard SOUYRIS	06 61 86 24 58

Covoiturage : oui (1,50€)

## MARDI 18 AOÛT 2026

### SAUVETERRE - LA PRADE BASSE - NAUCELLE -

10 km / 3h00 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 20h30

#### ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE 06 31 63 68 04

Pierre DELCAUSSE 06 84 78 44 65

Jean-Pierre TUERY 06 50 83 95 30

Covoiturage : non



*NOCTURNE : prévoir lampe torche ou frontale et, si possible, gilet fluo.*

## JEUDI 20 AOÛT 2026

### SENTIER DES CRÊTES À THURIÈS

8 km / 3h00 / \*\*

Départ de Naucelle à 9h00

#### ANIMATEURS :

Roland BESSIERE 06 26 85 67 70

Maxime CAZALS 06 40 89 96 01

Covoiturage : 1,50€

## MARDI 25 AOÛT 2026

### JOUELS - RÉBINTIN - LA LONGAGNE

9 km / 3h00 / \*\*

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

#### ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE 06 31 63 68 04

Pierre DELCAUSSE 06 84 78 44 65

Jean-Pierre TUERY 06 50 83 95 30

Covoiturage : non

### PRÉVOIR UN EQUIPEMENT ADAPTÉ

- ➔ De bonnes chaussures de marche.
- ➔ De l'eau.
- ➔ Un vêtement de pluie.
- ➔ Gilet fluo et lampe torche ou frontale pour les randonnées nocturnes.

Difficulté : \* Facile / \*\* Moyenne / \*\*\* Difficile



## POINTS DE RENDEZ-VOUS DES RANDONNÉES :

**Départ de Naucelle** : sur le parking de l'Intermarché.

**Départ de Sauveterre-de-Rouergue** : devant l'office de tourisme (Place des Arcades).

**Covoiturage** : certaines randonnées nécessitent un co-voiturage (forfait 1.50€)

## ORGANISATION :

Les randonnées sont gratuites et animées par des adhérents du Club des Randonneurs du Naucellois. Le programme peut-être modifié en fonction de la météo et de l'état des sentiers. Les randonnées peuvent être annulées en fonction de la réglementation sanitaire. L'animateur se réserve le droit de refuser un participant si son équipement n'est pas adapté à la difficulté de la randonnée.

## CONDITIONS SANITAIRES :

L'organisation des randonnées respecte des règles sanitaires demandées à la pratique de la randonnée (pas de déchets etc).