

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Septembre 2018									
Sam 08	Forum des Associations	Gymnase du Basket (salle Latapie en travaux)		Tous les adhérents	Belle occasion de s'investir pour venir au contact de la population; c'est un des rares moments où l'on présente nos diverses activités en montagne et pourquoi pas donner envie à d'autres de nous rejoindre. Permanence demandée par tranche de 2 heures.				MartineP
Sam 8 Dim 9	Alpinisme	Arête		PD + ou AD	Départ le samedi après midi		2 ou 3 si coencadrant	nuité en cabane ou bivouac	Sylvie
Dim 09	Canyoning	Ariege		v3a4III - cascade max : 20m	depart le dimanche matin de bonne heure pour faire l'Artigue tres certainement	07/09/2018	6		Valerie & Vincent
Sam 15 Dim 16	Randonnée	Lac de Tristaina Cirque des Pessons	250m 650m	F	Organiser par notre partenaire TIS Montagne, dans le secteur d'Andorre.	10/09/2018	12	Gîte en demi-pension	alain.lajaunie@orange.fr
Sam 15	Canyoning	Ariege		PD	depart le samedi matin de bonne heure pour faire tres certainement le Subra, selon les conditions météo et participants	13/09/2018	6		Valerie & Vincent
Sam 22	Randonnée	Brèche de Roland (2807m)	600m	F	Au départ du col de tentes, l'arrivée à la brèche est toujours un moment magique.	19/09/18	9		Christian

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 22 Dim 23	Randonnée	Pedraforca (Espagne-Catalogne) (2498m)	1000m	RD	Un magnifique parcours sur la montagne emblématique de la Catalogne. Quelques passages où il faut poser les mains, donc il est nécessaire d'être à l'aise sur ce type de terrain. Nous partirons le samedi en milieu de matinée et passerons un peu de temps l'après-midi, à réviser les bases de l'escalade (encordement, noeuds...). Enfin nous passerons une soirée conviviale comme nous les aimons...	15/09/18	5	Camping ou gîte d'étape	Philippe
Sam 29 Dim 30	Randonnée	Liena en traversée	1300m 300m	RD Adhérents confirmés	Comme son nom l'indique, l'existence du "chemin des mines" est liée à celle des mines du pic Liena. La traversée intégrale du cirque de Barossa reste dans l'ensemble assez difficile, certains passages aériens et exposés réclamant une grande vigilance.	15/09/18 envoyer inscription à Alain	6	Bivouac	Alain Christian
Octobre 2018									
Ven 12 Sam 13 Dim 14	Le CH'OC	Pyrénées Hô <i>Parc d'attraction</i>		Tous	Challenge multi-activités par équipe Escalade - canyoning - via ferrata - parcours orientation	lechoc-ffme.com			MartineP
Sam 20 Dim 21	Week-end cabane	Secteur Gavarnie		Tous de F à Alpi	Idées de sorties possibles : plateau du Sauguet, Piméné, le pic de la Géla , LA Munia , Les Gabiétous ... Escalade à Gédre Inscriptions auprès de bacque.mc@gmail.com			Granges de Holles (Gîte)	Sylvie
Jeu 25	Assemblée Générale (20 heures)	Local FM (gymnase du basket)		Tous	Moment important dans la vie de notre association; Présence de tous, souhaitée.				MartineP

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 27 Dim 28	Randonnée	Turon de Néouvielle 3035m	600m 500m	HR	Ascension facile d'un beau 3000m, bien placé au cœur du Massif du Néouvielle. L'itinéraire s'effectue en partie hors sentier. Une nuit au refuge Packe faisant partie du patrimoine architectural pyrénéen nous permettra de profiter du panorama exceptionnel sur le versant nord du pic Long et sur la Brèche de Roland.	18/10/18	7	Refuge Packe non gardé	Alain
Novembre 2018									
Mer 7	ski : soirée fartage	Local de l'association	3m	F	20h30 : soirée fartage : gratage du farte déposé sur nos spatule avant l'été + apéro (fartage complet pour les retardataires)				Guillaume
Sam 10	Randonnée	Le Pibeste (1349m)	900m	HR	Boucle possible en fonction des conditions climatiques.	06/11/18	8		Christian
Ven 16 Sam 17	Randonnée	Cap dels Agols 2665m Andorre	600m 450m	HR	Magnifique belvédère pour apercevoir le lac Blau d'en haut.	1/11/18	7	Refuge des Agols non gardé	Alain
Mer 28	Soirée formation sécurité avalanches	Local de l'association	3m	F	20h30 : pour toutes et tous ceux qui ne l'ont jamais fait, cette soirée de formation est obligatoire pour pouvoir ensuite sortir en montagne l'hiver et tant qu'il y a de la neige au printemps.				Guillaume
Ven 30	Soirée formation sécurité avalanches	Salle Jean Mermoz Muret			20h : organisé par Muret Montagne. Pour ceux et celles qui ne peuvent se rendre à notre formation du 28/11				Muret montagne
Décembre 2018									

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 8 Dim 9	Randonnée	Caroux	860m 200m	F	Un panorama prodigieux de la Méditerranéenne aux Pyrénées, à condition que le temps s'y prête. Découvrir le hameau d'Héric et retour par le hameau du Bardou isolés des grands axes peuvent être l'occasion de découvrir ce secteur.	15/11/18	8	Refuge asse non gardé	Alain
Ven 7	Soirée formation sécurité avalanches	Salle Jean Mermoz Muret			20h : organisé par Muret Montagne. Pour ceux et celles qui ne peuvent se rendre à notre formation du 28/11				Muret Montagne
Sam 15	Sortie Père Noël		Faible	Tous	Les années passent et il ne prend pas une ride... aurons-nous l'occasion de le croiser cette année!				Christian
Dim 16	Ski de rando	à définir	800m env.	S2/S3	Sortie de reprise si la neige est là. Réservee aux personnes sachant utiliser DVA pelle sonde (ayant suivi une fois au moins la formation). Sortie jumelée avec le TIS. Inscription auprès de Véro : melet-bouyer@sfr.fr	08/12	8		Guillaume Véronique
Sam 22	Randonnée	Montagne de Lège	1200m	HR	Sommet à cheval sur la crête entre Barousse, htes Pyrénées et vallée de la Pique, Haute Garonne, offre de beaux panoramas sur la Maladetta, pas de difficulté.	15/11/18	10		Isa
Janvier 2019									
Sam 12	Randonnée raquettes (en fonction de l'enneigement)	Pic de Bassibié (2114m)	1200m	HR	En boucle par l'étang d'Artax au départ du village de Gourbit.	08/01/19	8		Christian
Sam 12	Randonnées raquettes (en fonction de l'enneigement)	Pic de Journalade (1945m)	1000 m	HR	Au départ du col de Port, en boucle par le cap de la Dosse (1948m).	08/01/19	12		Isa
Jeu 17	Soirée Idées Sorties	Local FM 20h30	1er étage	Tous	vous avez des idées pour les prochaines sorties! cette soirée est l'occasion de discuter et d'échanger avec les encadrants. La traditionnelle galette des rois clôturera cette rencontre.	15/01/19		Inscription auprès de Martine Pomiès	Philippe

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 19 Dim 20	Randonnée Raquettes + Crampons	Tuc de Lluça 2777m	650m 640m	RD	Sommet secondaire, occasion de voir et croiser de multiples lacs. Le tuc de Lluça domine le cirque de Colomers. Très beau panorama, avec la Punta Alta juste en face, les Bessiberis et l'Aneto au loin.	01/01/19	7	Refuge Bessiberis non gardé	Alain
Sam 26 Dim 27	initiation ski de randonnée				Jumelé avec TIS Montagne. prérequis : avoir suivi la formation neige et avalanche, être à l'aise sur piste bleue/rouge en station, aimer sortir des pistes damées sans tomber à chaque virage	15/1/2018		à définir	Fred Charbonnier (Encadrant TIS)
Février 2019									
Sam 2 Dim 3	Ski de rando et Raquettes	Destination du côté de Luz.		S2/S3	A la demande générale, on renouvelle l'expérience de l'an dernier : raquettistes et skieurs se retrouveront le samedi soir (voire dès le vendredi) en gîte pour célébrer la convivialité montagnarde. Sortie jumelée avec le TIS.	8 skieurs 8 raquettes 20/12/18	8+8	gîte à définir	Guillaume Isa
Jeudi 7	Soirée Crêpes et Diapos	Salle de Paucheville 20H		Tous	L'occasion de voyager au travers de diaporamas et montages photos. A l'entracte de succulentes crêpes maison et boissons pétillantes.				
Ven 8 Sam 9	Randonnée Raquettes + Crampons	Portarras (2697m)	850m 500m	RD	Constellation de lacs dans le bassin de Gréziolles, du plus grand au plus petit. Monter au Portarras, il n'y a pas meilleur belvédère pour avoir une vision globale sur ce coin des Pyrénées.	21/1/19	8	Refuge Campana de Cloutou non gardé	Alain
Ven 15 Sam 16	Randonnée Raquettes	Pic de Poujastou (2015m)	1000m 450m	HR	Belvédère sur l'Ariège, les Encantats, l'Aneto et les 3000 Luchonnais, au départ de Juzet de Luchon. Formation DVA exigée.	31/01/19	6	Cabane d'Estiouère	Bernard
Ven 15 Sam 16	Randonnée Raquettes + Crampons	Portarro (2734m)	110m avec 4x4 824m	HR	Voilà un beau sommet, réalisable pratiquement en toutes saisons. Le panorama sur les Encantats est somptueux. Ce n'est qu'au terme d'une interminable montée que vous le découvrirez.	1/2/19	8	Refuge non gardé La Centraleta	Alain
Sam 16	Canyoning	Font Romeu		v3a2II	Sortie Canyoning a Thues entre Valls. Canyon d'eau chaude.	8/2/19	8	Gite Ramiers	Vincent et Valerie

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 23	Randonnée Raquettes	Pic de l'Arraing	700	HR	En dépit de son altitude modeste, le pic de l'Arraing offre un somptueux panorama sur la chaîne des Pyrénées.	8/2/19	7		Philippe
Dim 24	Randonnée raquettes (en fonction de l'enneigement)	Sommet d'Antenac (1990m)	1200m	HR	Sommet classique du piémont, avec un départ de Cier de Luchon. Formation DVA exigée.	20/01/19 report du 26/01/19	6		Bernard
Mars 2019									
Ven 1 Sam 2	Randonnée Raquettes + Crampons	Bacanère (2193m) (2154m)	510m 783m	HR	2 sommets qui se touchent mais qui se gagnent en hiver, en raquettes. La crête de Cigalères peut être technique et la pratique crampons + piolet peut être utile. Avec la pleine lune c'est un plus.	12/2/19	8	Cabane de Cunau	Alain
Sam 09	Randonnée Raquettes	Pic de Maupas (1894m)	1000m	HR	Sommet au nord du Burat au départ de Baren. Formation DVA exigée.	01/03/19	6		Bernard
Sam 09	Randonnée Raquettes	Pic de Nédé (1637m)	650m	F	Au départ de Ruech	04/03/19	8		Christian
Ven 15 Sam 16 Dim 17	Randonnée Raquettes + Crampons	Les Encantats	?m ?m	RD Adhérents confirmés	3 jours de randonnée raquettes dans le massif des Encantats (envoyer les inscriptions à Alain)	1/3/19	12	Refuge gardé	Alain Christian Bernard
Sam 30	Randonnée Raquettes	Mont Né (2147m)	850	HR	Au sommet du Mont-Né, somptueux panorama sur la chaîne des Pyrénées.	15/03/19	7		Philippe
Ven 29 Sam 30	Randonnée Raquettes + Crampons	Piméné (2801m)	670m 774m	RD Adhérents confirmés	Le Piméné est un formidable belvédère. La vue sur le cirque de Gavarnie est unique.	12/3/19	8	Refuge gardé des Espuguettes	Alain
Avril 2019									

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Ven 5 Sam 6	Randonnée Raquettes + Crampons	Pic Chabarrou Sud (2930m)	450m 1100m	RD Adhérents confirmés	Le Pic Chabarrou Sud ou Pic Alphonse Meillon (2930m) mis à l'écart par les 3000 qu'ils l'entourent, mérite une visite pour son fabuleux panorama. Attention le parcours est réservé pour les montagnards aguerris (envoyer les inscriptions à Alain)	12/3/19	6	Refuge gardé Wallon Marcadau	Alain Christian
Sam 6	Randonnée Raquettes	Sommet de la Laque (1900m)	800m	AD	Sommet frontière entre la vallée de Luchon et le Val d'Aran. Formation DVA exigée.	30/03/19	6		Bernard
Dim 7	Canyoning	Gourdan Polignan		F	Entraînement en falaise. Manips techniques canyon.	30/3/19	6		Valérie Vincent
Sam 13	Randonnée raquettes	St Barthélémy (2348m)	920 m	HR	Visite de la montagne de Tabe en pays d'Olmes au départ de la station.		8		Christian
Sam 20	Randonnées raquettes (en fonction de l'enneigement)	Ariège		HR		08/04/19	12		Isa
Sam 20 Dim 21 Lun 22	LudiCanyon	Caroux		F	organisé par la FFME . (ludicanyon.ffme.fr)				
Sam 27	Randonnée Raquettes	Montagne d'Areng (2079m)	1000m	HR	Sommet emblématique de la Barousse, itinéraire par les granges de Crouhens. Formation DVA exigée.	20/04/19	6		Bernard
Mai 2019									
Sam 04 au Mer 15	Canyoning	Corse			L'île de beauté aussi pour ces canyons! Au programme, Richiusa, Zoicu, Vacca, Pulischellu, Leccia Rossa etc...				Valérie Vincent
Sam 11 Dim 12	Randonnée Raquettes + Crampons	Petit Vignemale (3032m)	680m 880m	RD	Cette randonnée permettra de découvrir la vallée de Gaube et les sommets alentours grâce à la vue offerte par le Petit Vignemale.	01/05/19	7	Refuge gardé des Oulettes de Gaube	Alain

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Dim 12	Randonnées raquettes (en fonction de l'enneigement)	Casque de Lhéris, 1595m	900m	F	Belvédère en avant garde de la chaîne, incontournable sommet aux environs de Bagnères de bigorre	01/05/19	8		Isa
Sam 18	Randonnée	Pic des Calmettes (2417m)	900m	HR	Au départ de la vallée du Rieutort. La priorité sera donnée aux inscrits pour le Maroc.	12/05/19	12		Christian
Ven 24 Sam 25	Randonnée + Crampons	Cestrède 2947M	970m	RD	Longue randonnée à n'entreprendre que par beau temps pour ne pas perdre trace et cairns. La dernière portion d'arête semble aérienne et dentelée, au dessus d'un terrain pentu et croûlant.	15/5/19	4	Refuge Russell non gardé	Alain
Sam 25 Dim 26	Randonnée	Pic de la Sabine (2561m)	1600m	HR	Au coeur de l'Ariège dans un paysage sauvage et varié. Beau panorama au sommet du pic de la Sabine.	25/04/19	5	Confortable cabane de Qioules	Philippe
Juin 2019									
Lun 03 au Mer 12	Randonnée	M'Goun (4071m)	300m 1200m	HR	Randonnée dans le haut Atlas avec ascension du 2ème sommet du Maroc, 7 jours de marche, de la vallée d'Aït Bougmez à la vallée des roses.		14		Christian
Sam 8 Dim 9 Lun 10	OcciTechnik	Caroux			Organisé par la ligue Occitanie FFME				
Mer 19	Soirée fatage	Local de l'association	1 étage	TD	A partir de 19h30, affutage, rebouchage, fartage. On met le matériel à disposition et on explique comment l'utiliser. Amenez de quoi manger un bout et boire un verre. Prévenez moi si vous venez. Si trop nombreux on fera une autre session le mercredi suivant.	18/6			Guillaume
Juillet 2019									

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
sam 6	canyoning	Ariège (Argensou)		debutant accepté	un canyon facile adapté a l'initiation.	03/07/19	6		Valérie et Vincent
Dim 7	Randonnée	Pic Sauvegarde	1400m	RD	Randonnée de l'hospice de France au Sauvegarde, un des plus beaux points de vue sur l'aneto.	01/07/19	6		Anthony
Sam13 ou Dim14	Randonnée	Carlit	1300m	RD	Randonnée de Puymorens au Carlit. La dernière pente un peu raide permet d'apprécier pleinement l'arrivée au sommet bien mérité.	07/07/19	6		Anthony
Sam 20 Dim 21	Randonnée	Robinera 3003m	1000m -1000m	RD Adhérents confirmés	A l'ombre de la Munia, le pico de la Robinera jouit pourtant d'une belle vue, lorsqu'il fait beau. Un bivouac au sommet permet d'assister au lever du soleil sur la face nord du Mt Perdu. Que du bonheur. Attention le bivouac va durcir la randonnée.	01/07/19	4	Bivouac au sommet	Alain
Ven 26 Sam 27	Randonnée + Crampons	Vire des Fleurs depuis Boucharo	5m 525m	HR	Faja de Escuzana, petit passage rocheux facile. La Faja de las Flores, la plus prestigieuse de toutes, est une corniche naturelle qui longe sur 3.7km une partie du canyon, elle relie le cirque de Carriata au cirque de Cotatuero. Retour par la Brèche de Roland. Attention au poids du sac et à la longueur de la	15/7/19	8	Bivouac sur la Vire des Fleurs	Alain
Août 2019									
Sam 03	Randonnée	Cirques des Crabioules	1400m	HR	Visite du cirque en boucle, sans difficulté mais nécessitant un pied sûr.	26/07/19	8		Isabelle

Date	Activité	Destination	Dénivelés	Niveau	Commentaires	Date limite inscription	Places	Hébergement	Responsable
Jeu 15 au Dim 18	Multi-activités	Pyrénées Orientales						Camping	
Sam 24 Dim 25	Randonnée	Pic de Crabère (2630m)	1800m	HR	Du haut de ces 2630m, on découvre de part et d'autre les hauts sommets frontaliers de l'Ariège et du Luchonnais.	15/05/19	7	Refuge de l'étang d'Arraing	Philippe
Ven 23 Sam 24	Randonnée + Crampons	Vignemale 3298m	400m 1000m	RD Adhérents confirmés	La Pique Longue du Vignemale, plus communément appelé "Vignemale", est un sommet incontournable et mythique. La voie normale comporte néanmoins de nombreuses difficultés: traversée de ponts de neige, passages sur glaciers, escalade de la Pique Longue. Le bivouac va durcir la randonnée mais quelle émotion d'assister au coucher du soleil sur le	25/7/19	6	Bivouac près des Grottes Bellevue (2400m)	Alain
Sam 31	Canyon	Ariège (Argensou)	v3a1l	debutant accepté	un canyon facile adapté a l'initiation. Le choix du canyon pourra etre adaptée en fontion des participants, mais cela restera en Ariege	24/08/19	6		Valérie et Vincent