

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
<b>Septembre 2019</b>									
Sam 7	Forum des Associations	Salle Latapie							
Sam 7 Dim 8	Randonnée	étangs de Bassiès	700 sam 500 dim	F	Sam: montée au refuge par GR depuis pont de Gers avec balade autour des lacs Dim tour des lacs ou petit sommet et descente par rive gauche. 1/2pension au refuge	04/09	8	Refuge 1/2 p	Fred Charbonnier
Sam 14	Sortie découverte	Pic du Campsaure (2141m)	800 m + 12 km	HR	Parcours de crête sans difficultés techniques. On trouve des pentes raides mais sans difficultés techniques. On prendra le temps ce qui nous permettra d'apprécier les paysages !	12/09	10		Laurence
Sam 14 Dim 15	Randonnée	Pic de Maubermé (2880m)	2000m	RD	Le Panorama au sommet est à la hauteur de l'effort consenti pour accéder au plus haut belvédère du Biros, cependant le dénivelé et la distance sont importants d'où le classement en RD.	15/08/19	7	Bivouac, donc portage!!	Philippe
Sam 14	Canyon	Ariege (Artigues)		V3a4III	canyon de montagne tres esthétique, avec de beaux sauts, toboggans et des rappels <a href="https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-description/2436/?page.html">https://www.descente-canyon.com/canyoning/canyon-description/2436/?page.html</a>	12/09	6		Valérie et Vincent
Jeu 19	Pot de rentrée	Local FM		Tous	Soirée de présentation de l'association, en présence du Comité Directeur et des encadrants.				
Dim 22	Randonnée	Pic des Calmettes (2417m)	900m	HR	Au départ de la vallée du Rieutort	17/09/19	12		Christian
Sam 28 Dim 29	Randonnée	Pic Russell 3205m	400m 1000m	RD Adhérents confirmés	Ce pic porte le nom d'un célèbre Pyrénéiste. Autrefois connu sous le nom de Petit Nethou. Situé à l'extrémité est du massif de la Maladeta, ce sommet passe pour être rarement visité. Itinéraire de haute montagne réservé aux randonneurs aguerris.	25/7/19	4	Refuge gardé Cap de Llauset ou bivouac	Alain
<b>Octobre 2019</b>									
Sam 05 Dim 06	Week-end aux couleurs automnales	Parc Naturel Régional du Haut Languedoc	Faible	Tous	Nombreuses activités dans le massif du Caroux au départ de Mons la Trivalle.			Gîte de groupe	Martine P
Jeu 10	Escalade	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	Atelier Techniques en escalade , en partenariat avec Muret Montagne				Sylvie ou Thierry
Ven 11 Sam 12	Randonnée	Dels Vidals secteur Colomina 2902m	550m 600m	HR	Au Sud du massif des Encantats par sa situation, ce sommet est un magnifique belvédère.	25/09/19	8	Refuge Colomina non gardé	Alain

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 12 Dim 13	Randonnée	Caroux		Facile	2 jolies randonnées découvertes		12		Isabelle
Jeu 17	Assemblée Générale	Local FM		Tous					
Sam 19 Dim 20	Randonnée	Couserans	600m max/ par jour	Tous	Boucle sur deux jours depuis le Col de Pause pour découvrir le cirque d'Aula, Nuit dans la cabane (rénovée) d'Aula		5	Cabane d'Aula	Anthony
Lundi 21	Soirée Techniques Canyon	Local FM	1 etage	Tous	Soirée Technique Canyon dédiée aux Noeud utiles en canyon. RDV 20h	21/10/19	12		Valerie ou Vincent
Sam 26	Randonnée	Soum d'Arrouy (2488m)	980 m	HR	Au départ du col de la Moulata (station Hautacam) par le vallon de la grande Estibère. Possibilité de faire une boucle par le pic de Léviste (Déniv.+260m.)	22/10/19	8		Christian
Sam 26 Dim 27	Randonnée	Turon de Néouvielle 3035m	600m 510m	RD	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.	01/10/19	4	Refuge Packe non gardé	Alain
<b>Novembre 2019</b>									
Lundi 4	Soirée Techniques Canyon	Mur de Muret Montagne		Tous	En partenariat avec Muret Montagne, atelier techniques canyon dédié a l'installation de mains courantes. Inscription possible directement sur le site de Muret Montagne ou contacter Valérie ou Vincent	01/11/19	10		Valerie ou Vincent
Mardi 5	Au bivouac de Frouzins-Montagne	Local FM		Tous	Soirée ouverte à tous les adhérents de Frouzins Montagne et les encadrants. Cette soirée qui pourrait débiter vers 20h00 jusqu'à 22h30 peut être l'occasion de se retrouver pour : - Lister nos envies de sommets Pyrénéens qui seront communiquées aux encadrants - Préparer un topo pour une future randonnée - Echanger sur nos expériences de notre pratique montagnarde <b>Penser à apporter une clé USB, votre boussole, une carte éventuellement d'un sommet, votre portable si vous avez téléchargé une fonction GPS .....</b>	01/11/19		Local FM	Alain

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 9	Raquette	Mont Fourcat	1100m	HR	Une décision très tardive car pris d'une envie subite d'aller toucher la neige. Des pentes raisonnables et des croupes déboussaies nous permettront d'atteindre ce sommet très populaire.	09/11/19	7		Anthony
Sam 9 Dim 10	Randonnée	Pic du Canigou (2784m)	1300m	RD	Le pic du Canigou est un sommet emblématique de la Catalogne. Sans rivaux à proximité, il règne de son imposante présence sur les Pyrénées orientales jusqu'à la Méditerranée.	09/10/19	7	Refuge ou cabane en autonomie pour les repas	Philippe
Mer 13	Soirée fartage	Local de l'association	1 étage		Soirée pour retirer le farte appliqué sur nos ski au printemps dernier. Voir fartage complet pour les retardataires. Le tout accompagné d'un habituel apéro dinatoire partagé :)				Guillaume
Dim 17	Via ferrata	St-Paul de Fenouillet (Pyrénées Orientales)	300m	AD/D	Via ferrata sportive. Beau panorama au sommet	12/11/19	4		Christian
Lundi 18	Techniques Canyon	Local de l'association	1 etage	Tous	Soirée Technique canyon pour travailler les techniques de corde: - descente, clefs d'arret et auto-assurance - pose de rappel RDV 20H	18/11/2019	12		Valerie ou Vincent
Mar 19	Diapo Gasherbrum	Local de l'association	1 étage		Martine M. nous propose un diaporama pour présenter son voyage au bout du Gasherbrum. RDV 20h				Martine
Ven 22 Sam 23	Randonnée Raquettes + Crampons	Tuc de Lluça (2777m)	550m 650m	HR	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.	12/11/19	4	Refuge Colomers non gardé	Alain
Mer 27	Soirée sécurité DVA	Local de l'association	1 étage		20h30 : présentation sécurité hivernale et secours aux victimes d'avalanches. Pour toutes celles et 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
Jeu 28	Escalade	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	Atelier Techniques en escalade , en partenariat avec Muret Montagne				Sylvie ou Thierry
Sam 30 Dim 1er décembre	Randonnée	Pic de Bastan (2715m)	1250m	HR	Un fabuleux voyage autour du pic de Bastan, dans un univers où les lacs sont omniprésents. Ascension du pic optionnel en fonction des conditions météo du moment	30/10/19	7	Refuge hivernal de Bastan en autonomie pour les repas	Philippe
<b>Décembre 2019</b>									

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Dim 01	Ski de Rando	Cap des Hittes (2368m)	1000	PD / S2	L'ascension se fera par les larges pistes de la vallée blanche pyrénéenne. Une fois sur les sommets du Montaigu et du cap des Hittes, nous pourrions profiter du panorama sur les 3000 du luchonais avant de dépeauter et de profiter du premier kilomètre vertical de descente de la saison.	30/11/19	7		Anthony
Lun 02	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	En partenariat avec Muret Montagne. Petits exercices ludiques de rappel. Vous pouvez vous inscrire directement sur le site de Muret Montagne, ou contacter Valérie ou Vincent.	30/11/2019	8		Valerie ou Vincent
Mardi 03	Au bivouac de Frouzins-Montagne	Local FM		Tous	Soirée ouverte à tous les adhérents de Frouzins Montagne et les encadrants. Cette soirée qui pourrait débiter vers 20h00 jusqu'à 22h30 peut être l'occasion de se retrouver pour : - Lister nos envies de sommets Pyrénéens qui seront communiquées aux encadrants - Préparer un topo pour une future randonnée - Echanger sur nos expériences de notre pratique montagnarde <b>Penser à apporter une clé USB, votre boussole, une carte éventuellement d'un sommet, votre portable si vous avez téléchargé une fonction GPS .....</b>	01/12/19		Local FM	Alain
Sam 07 Dim 08	Randonnée	Randonnée dans le Caroux	1100m	F	Un panorama prodigieux de la Méditerranéenne aux Pyrénées, à condition que le temps s'y prête. La cabane de Font Salesse permet une soirée agréable, le lendemain sera au choix des participants.	20/11/19	8	Refuge Font Salesse non gardé	Alain
Jeu 12	Escalade	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	Atelier Techniques en escalade, en partenariat avec Muret Montagne				Sylvie et/ou Thierry
Sam 14	Randonnée Raquettes	Secrète	Faible	Tous	Le Noël des randonneurs(SES).				
Lundi 16	Soirée Techniques Canyon	Local de Frouzins Montagne	1 étage	Tous	Soirée dédiée aux techniques canyon pour: - la pose de rappels - l'installation de mains courantes RDV 20h				Valerie ou Vincent
Sam 21	Randonnée Raquettes	Cap Nestès (1887m)	800m	F	Départ depuis la vallée de la Barousse par le col de l'Aouet. Vaste et large panorama depuis ce sommet modeste.		12		Isabelle
Dim 22	Ski de rando	Pic de l'Escalette (1856m)	600m	F	Sortie facile en ski de rando, pour débutants initiés. Le but est de prendre le temps de revoir quelques fondamentaux, comme les conversions (aval et amont), la pose de couteaux, le dépotage... Note : Les principes et l'utilisation du DVA devront être connus.	21/12/19	8		Anthony et Laurent
<b>Janvier 2020</b>									
Sam 04	Randonnée Raquettes	Pic de Montious (2171m)	1100m	HR	Au départ de Bareilles (Hautes-Pyrénées), entre vallée du Louron et vallée d'Oueil; possibilité de faire une boucle en fonction de l'enneigement.	30/12/19	9		Christian

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Lun 06	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : usage des noeuds	3/1/20			Valérie ou Vincent
Mer 08	Réunion Information Népal	Local FM			1ere réunion d'information concernant le projet Népal de Novembre 2020 - RDV à 20h20 au local				Florence
Ven 10 Sam 11	Randonnée Raquettes + Crampons	Punta Alta de Llosat (2777m)	500m 900m	RD	La Punta Alta de Llosat domine le refuge Armeña. Le panorama sur les Pyrénées est immense, au sud le cirque de Armeña se dévoile dans toute son immensité. À-pics impressionnants au nord.	01/01/20	6	Refuge Armeña non gardé	Alain
Sam 11 Dim 12	Initiation DVA / pelle / sonde +nivologie + ski de rando	Lieu à définir		F	Samedi : ateliers Dimanche : randonnée à ski				F. Charbonnier (Sortie TIS)
Sam 11 Dim 12	Canyon eaux chaudes + Rando Raquettes	Thuès entre valls	700m	F	Samedi : Canyon de Thuès Dimanche : rando raquettes niveau Facile à définir	5/1/20	8	en gite	Valérie et Vincent
Jeu 16	Comment préparer son sac ?	Local FM		Tous	Soirée conviviale sur la préparation de son sac de rando: les indispensables (sécurité), les vêtements, le matériel etc... présenté par Alain. La galette des rois clôturera cette soirée.	10/1/20			Alain
Lun 20	Soirée Techniques Canyon	Local FM		tous	Soiree dédiée aux techniques canyon : - le debrayable du bas - l'auto assurage				Valerie ou Vincent
Sam 25	Randonnée Raquettes	Plan de Montmajou (2082m)	950	HR	En boucle depuis Artigues, en passant par le plan de Montmajou, pour admirer les sommets du luchonnais et espagnols. La destination pourra être revue en fonction des conditions de neige du moment.	18/01/19	7		Philippe
Sam 25 Dim 26	Randonnée Raquettes + Crampons	Pic de Piméné (2801m)	700m 800m	RD Adhérents confirmés	Le Piméné est un formidable belvédère. La vue sur le cirque de Gavarnie est unique.	10/1/20	4	Refuge des Espuguettes gardé	Alain
<b>Février 2020</b>									
Sam 1er	Randonnée raquettes	Pic de Balmiou (1610m)	780m	HR	En fonction des conditions de neige, possibilité de proposer un autre sommet au dénivelé similaire.	27/01/20	8		Christian
Sam 01 Dim 02	Ski de randonnée	Lieu à définir		AD/S3					F. Charbonnier (Sortie TIS)
Lun 03	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : la remontée sur cordes				Valérie ou Vincent

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Mer 05	Au bivouac de Frouzins-Montagne	Local FM		Tous	Au bivouac de Frouzins-Montagne – Soirée ouverte à tous les adhérents de Frouzins Montagne et les encadrants. Cette soirée débutera vers 20h00 jusqu'à 22h30 : - Préparation du topo pour le WEB 2020 qui cette année sera autour du refuge Amiges - Echanger sur nos expériences de notre pratique montagnarde	02/05/20		Local FM	Alain
Mer 12	Soirée "Crêpes et Diapos"	Salle Paucheville		Tous	Notre traditionnelle Soirée "Crêpes et Diapos" en partenariat avec le club "L'image au pluriel" de Villeneuve-Tolosane				
Ven 14 Sam 15 Dim 16	Randonnée Raquettes + Crampons	Pic de Contraix (2958m) Pic de Portarro (2736m)	900m 800m	RD Adhérents confirmés	L'objectif c'est de passer 2 nuitées au refuge de la Centraleta. Si les conditions le permettent 2ème jour le Contraix et 3ème jour le Portarro.	25/1/20	5	Refuge Centraleta non gardé	Alain
Sam 15	Randonnée Raquettes	Pla de Montcamp (1905m)	960	HR	Magnifique belvédère sur les sommets Ariégeois dont la Pique d'Endron. La destination pourra être revue en fonction des conditions de neige du moment.	08/02/20	7		Philippe
Lun 17	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		tous	soirée dédiée aux techniques canyon : le mouflage - le guidé				Valerie ou Vincent
Sam 29 Dim 01	Ski de randonnée	Lieu à définir		AD/S3					F. Charbonnier (Sortie TIS)
<b>Mars 2020</b>									
Lun 02	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : intervention directe sur équipier (avec ou sans coupé de corde)				Valerie ou Vincent
Mer 04	Au bivouac de Frouzins-Montagne	Local FM		Tous	Au bivouac de Frouzins-Montagne – Soirée ouverte à tous les adhérents de Frouzins Montagne et les encadrants. Cette soirée débutera vers 20h00 jusqu'à 22h30.	03/04/20		Local FM	Alain
Sam 07 Dim 08	Randonnée Raquettes + Crampons	Cap Dels Agols	600m 450m	HD	Magnifique belvédère d'Andorre pour apercevoir le lac Blau d'en haut. Avec la pleine lune c'est un plus.	20/2/20	5	Refuge des Agols non gardé	Alain

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Sam 07 Dim 08	Ski de rando	Cabane de la Salode	650m (+650m opt)  680m	S2/S3	Seconde tentative pour aller skier autour de cette cabane... Espérons que la neige soit au rendez-vous cette fois. Samedi : montée à la cabane (650D+), Bacanère (650D+) Samedi soir à la cabane de la Salode Dimanche : Burat (680D+), Redescente		8	Cabane de la Salode	Anthony
Dim 08	Randonnée Raquettes	Pic de Tarbésou (2364m)	800m	HR	"Le mirador du Donezan", au départ de la station d'Ascou Pailhères.	02/03/20	8		Christian
Lun 16	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : à définir				David de Muret Montagne
Sam 21 Dim 22	Ski de rando et Raquettes	Secteur Luz en fonction de la météo		S2/S3	2 journées complètes à la découverte de ces versants des Hautes Pyrénées où nous allons peu en hiver. Départ dès le vendredi soir vers le même gîte que l'an passé à Agos Vidalos où skieurs et raquetistes auront plaisir de se retourner en soirée.	10 skieurs 10 raquettes  28/03/20	10 + 10	Gîte à définir	Véro (inscriptions ) Guillaume Philippe
Ven 27 Sam 28 Dim 29	Randonnée Raquettes + Crampons	MEB 2020 Refuge Amitges		RD Adhérents confirmés	WEB 2020 - Le Refuge des Amitges (2365 m) est situé dans le parc national d'Aigüestortes et Estany de Sant Maurici, comme c'est un peu long à dire on abrège par les Encantats (en référence aux 2 magnifiques aiguilles qui dominent le beau Lac de Sant Maurici. Du refuge on pourra envisager l'ascension du Pic d'Amitges, parcours bref mais intense. Le lendemain, une randonnée vers le pic Bassiero nous permettra de découvrir ce vallon avant le retour vers nos véhicules.	10/3/20	12	Refuge Amitges gardé	Alain (Inscriptions ) + Bernard + Christian
<b>Avril 2020</b>									
Mercredi 1er	soirée lecture de carte	Local FM		Tous		30/03/20			Sylvie
Lun 06	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		Tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : le portage (fond de sac, gestion, ...)				Valerie ou Vincent
Sam 11 Dim 12	Le "Ch'Oc"	Superbagneres		Tous	Challenge Occitan, organisé par le CT31-32. Recherche DVA puis parcours d'orientation en montagne, Ski de randonnée par équipe (sous la forme d'un relai), Escalade / Dry- tooling, Activités ludiques <a href="https://www.lechoc.ffme.fr/">https://www.lechoc.ffme.fr/</a>				Martine
Ven 17 Sam 18	Randonnée Raquettes + Crampons	Piméné	670m 780m	RD Adhérents confirmés	Le Piméné est un formidable belvédère. La vue sur le cirque de Gavarnie est unique.	01/04/20	3	Refuge des Espuguettes NON gardé	Alain
Sam 18 Dim 19	canyoning	A définir		confirmé	Séjour canyon pour travailler les techniques aquatiques (avec Damien).				Valérie ou Vincent

Programme FrouzinsMontagne 2019-2020

Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
Lun 20	Soirée Techniques Canyon	Local FM		tous	Soirée dédiée aux techniques canyon : programme à définir.				Valerie ou Vincent
Ven 24 Sam 25	Randonnée Raquettes + Crampons	Besiberri Sud (3024m)	575m 825m	RD Adhérents confirmés	Le Besiberri sud est un sommet qui se "mérite" quelque soit l'itinéraire choisi. Mais la récompense du paysage et la satisfaction de l'atteindre gommeront toutes les difficultés.	10/04/20	3	Refuge Besiberri non gardé	Alain
Samedi 18 au dimanche 26 Avril	Projet Club - Randonnée	Canaries - La Palma			Randonnées en étoile sur 7 jours sur l'île de la Palma			Gite	Florence et Marie-Christine
<b>Mai 2020</b>									
Ven 01 Dim 10	canyoning	Sierra de Guara		non débutant	Séjour club en Sierra. objectif : 1 canyon par jour			Bungalow	Valerie ou Vincent
Lun 04	Soirée Techniques Canyon	Mur d'escalade de Muret Montagne		tous	Atelier Techniques Canyon en partenariat avec Muret Montagne . Thématique : à la carte				David de Muret Montagne
Mer 06	Au bivouac de Frouzins-Montagne	Local FM		Tous	Au bivouac de Frouzins-Montagne – Soirée ouverte à tous les adhérents de Frouzins Montagne et les encadrants. Cette soirée débutera vers 20h00 jusqu'à 22h30.	03/05/20		Local FM	Alain
20 Jeu 21	Randonnée Raquettes + Crampons	Pic Cestrède 2947M	510m 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.	10/05/20	3	Refuge Russell non gardé	Alain
Sam 30 Dim 31	Occitechnik Caroux	Mons la Trivalle		tous	événement FFME, avec au programme : de l'alpinisme, de la randonnée, de l'escalade et du canyoning.				Martine
Sam 30 Dim 31 Lun 01	Canyoning	Pays Basque Espagnol		tous	sejour dans le pays basque espagnol avec pour objectif de réaliser entre autres, la Leze et Artazul.			A définir	Valérie ou Vincent
<b>Juin 2020</b>									
Sam 27 et/ou Dim 28	Canyoning	Caroux	3-3-II	tous	Il est temps de mouiller la néoprène !	Jeu précédant la sortie	5	A voir	Vincent (Valérie ?)
Dim 28	Randonnée	Tuc de Parros (2727m)	1000m	HR	Au départ du pla de Béret (val d'Aran)	23/06/20	10		Christian



Date	Activité	Destination	Dénivelé	Niveau	Commentaires	Date limite d'inscription	Places	Hébergement	Responsable
<b>Juillet 2020</b>									
Sam 4 et/ou Dim 5	Canyoning	Ariège	3-3-II	tous	Il est <b>encore</b> temps de mouiller la néoprène !	Jeudi précédant la sortie	5	A voir	Vincent (Valérie ?)
Sam 11 Mar 14	Bivouac FM	Gavarnie		tous	En remplacement du week-end multi-activités, nous vous proposons de se retrouver lors de ses 4 jours sur Gavarnie (secteur col des tentes). Des sorties / activités sur un ou deux jours seront proposées, en fonction du nombre de personnes, de la météo et de la disponibilité des encadrants.  Plus d'infos seront communiqués via une lettre de diffusion.		-	Bivouac	Véronique / Guillaume / Sylvie / Anthony
Vendredi 17 Samedi 18 Dimanche	Canyoning	Espagne - Sierra Guara ?	3-3-II	tous	Il est <b>toujours</b> temps de mouiller la néoprène !	Jeudi précédant la sortie	5	A voir avec et en fonction du groupe	Vincent (Valérie ?)
Sam 25 et/ou Dim 26	Canyoning	Quelles sont vos envies ?	3-3-II	tous	J'espère que la néoprène est déjà mouillée !	Jeudi précédant la sortie	5	A voir	Vincent (Valérie ?)
Jeu 23 Ven 24 Sam 25	Randonnée	Bivouac au Marboré	1200m	RD Adhérents confirmés	Quatre sommets à plus de 3000m sur 3 jours dans le somptueux cadre de Gavarnie. Le 1er bivouac sera choisi au plus près d'un ruissellement. Le 2ème bivouac au sommet du pic du Marboré (3248m) et retour par le pic de la Cascade (3095m), pic Brulle (3106m), pic Oriental de la Cascade (3161m)	1/7/20	3	2 bivouacs	Alain
<b>Aout 2020</b>									
Sam 8 et/ou Dim 9	Canyoning	Au choix et en fonction des protagonistes ... mais on a quelques idées :)	3-3-II	tous	On continue à mouiller la néoprène au mois d'août après un bon mois de juillet ...	Jeudi précédant la sortie	5	A voir	Vincent (Valérie ?)
Jeu 13 Ven 14	Randonnée	Grand Tapou 3150M	700m 700m	RD	Satellite peu fréquenté du Vignemale, le Grand Pic de Tapou mérite amplement le détour : ambiance de haute montagne et féerie de la Vallée d'Ossoue. Le bivouac près d'un des lacs du Montserrat sera magique.	01/08/20	3	<b>Bivouac</b>	Alain