



Adresse postale : Extra Muros
3, rue de Briançon
31500 TOULOUSE

E-mail : contact@extra-muros-toulouse.com

Site : <http://www.extra-muros-toulouse.com>

Tél : 06 44 24 88 16 (en soirée)

Programme d'activités de l'association

Janvier, février, mars et avril 2018

RAPPELS pour le bon fonctionnement des activités :



Pour les randonnées, merci d'**appeler la veille** afin de prévenir les organisateurs de votre venue

Merci d'arriver au RdV 10 mn avant l'heure de départ annoncée

Janvier

Vendredi 05 janvier	GALETTE DES ROIS ET DES REINES
Retrouvons-nous pour fêter l'Épiphanie et partager des galettes ou brioches, que chacun apportera (à la frangipane ou aux fruits, selon vos goûts). Les boissons seront prises au bar. Pour éviter le gaspillage ou les indigestions, groupez-vous à 2 ou 3 par galette.	RdV : 20h00
Lieu RdV : bar la LUNA LOCA, 9bis chemin de Prat Long, 31200, Tse	

Samedi 13 janvier	Sortie SKI
C'est l'hiver, on en profite : destination choisie en fonction de l'enneigement. Prévoir le pique-nique et les équipements neige pour les voitures. Merci de prévenir Extra-Muros, par sms, de votre présence avant le vendredi 12 janvier midi afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)	Départ : 07h30
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont	

Dimanche 14 janvier	Randonnée à AVIGNONET (31)
☒ : 15 km (4h00) ⌚ ⌚	⚡ : 110 m 🥾
Départ : 09h30	
D'Avignonet, témoignage de la résistance des Albigeois, nous irons jusqu'au seuil de Naurouze, point de partage des eaux de Canal du Midi, en passant par Montferrand, ancienne cité gallo-romaine.	
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont	

Dimanche 21 janvier	Randonnée à ST MARTIN-LE-VIEIL(11)
☒ : 12 km (3h30) ⌚	⚡ : 70 m 🥾
Départ : 9h00	
2 boucles, l'une à la découverte des capitelles, vestiges d'anciennes activités pastorales, l'autre qui, à travers bois et vignes, nous mènera à l'abbaye de Villelongue.	
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont	

Février

Festival **DIAM** du 5 au 11 février à Toulouse
et jusqu'à fin février dans toute la région

Légende Randonnées :

☺ : Organisateur

☒ : Distance et/ou durée de marche

⚡ : Difficulté



: Facile – dénivelé jusqu'à 200 m



: Moyenne – dénivelé jusqu'à 500 m



: Difficile – dénivelé au-delà de 500 m



: Durée : maximum 3h



: Durée : entre 3h et 5 h



: Durée : plus de 5h

Pour l'équipement, se référer au règlement de l'association : "Extra-Muros comment ça marche !! "

Dimanche 18 février		Randonnée à MONTGAILLARD (82)	
☒ : 10 km (3h15) ⌚	Υ : 194 m 🥾	Départ : 9h00	
Rando entre lacs et collines, bois de châtaigniers et de chênes, même des chênes-liège, arbre exceptionnel dans la région.			
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Dimanche 25 février		Sortie RAQUETTES	
C'est l'hiver, on en profite : destination choisie en fonction de l'enneigement. Prévoir le pique-nique et les équipements neige pour les voitures. Merci de prévenir Extra-Muros, par sms, de votre présence avant le samedi 24 février à midi afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)		Départ : 07h30	
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Mars

Dimanche 18 mars		Sortie SKI	
C'est l'hiver, on en profite : destination choisie en fonction de l'enneigement. Prévoir le pique-nique et les équipements neige pour les voitures. Merci de prévenir Extra-Muros, par sms, de votre présence avant le samedi 17 mars midi afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)		Départ : 07h30	
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Dimanche 18 mars		Randonnée à CAMPAGNAC(81)	
☒ : 12 km (4h00) ⌚	Υ : 220 m 🥾🥾	Départ : 09h00	
De Campagnac à Itzac, entre belles pierres restaurées des 2 villages, vallons et coteaux pour finir par la traversée d'une partie du vignoble de Gaillac			
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Avril

Mercredi 4 avril		Apéro à LA MAISON (31)	
Retrouvons-nous dans ce bar sympa pour un moment de convivialité		RDV : 19h	
Lieu RdV : 9 rue Gabriel Péri, 31000, Tse			

Dimanche 8 avril		Randonnée à NAUCELLE(12)	
☒ : 7,5km (2h30) ⌚	Υ : 280 m 🥾🥾	Départ : 09h00	
On découvrira le pays des cent vallées ainsi que le château du Bosc, demeure familiale de la famille Toulouse-Lautrec			
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Dimanche 22 avril		Randonnée vélo à TOULOUSE (31)	
☒ : 40/45 km ⌚		Départ : 10h00	
Randonnée urbaine surprise			
Lieu RdV : Port St Sauveur			

Dimanche 29 avril		Randonnée à BARDIGUES(82)	
☒ : 14km (4h00) ⌚	Υ : 200 m 🥾	Départ : 09h00	
2 boucles, l'une « Cadillac » autour du château de la Motte, l'autre « Camuzon » qui passe sur les terrasses du pays de Lomagne (pays de l'ail blanc)			
Lieu RdV : parking haut du métro Jolimont			

Légende Randonnées :

☺ : Organisateur

☒ : Distance et/ou durée de marche

Υ : Difficulté



: Facile – dénivelé jusqu'à 200 m



: Moyenne – dénivelé jusqu'à 500 m



: Difficile – dénivelé au-delà de 500 m



: Durée : maximum 3h



: Durée : entre 3h et 5 h



: Durée : plus de 5h

Pour l'équipement, se référer au règlement de l'association : "Extra-Muros comment ça marche !! "