



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

E-mail : [contact@extra-muros-toulouse.com](mailto: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 2021

#### RAPPELS pour le bon fonctionnement des activités :



Pour les randonnées ou les sorties, **appeler la veille** (en soirée) afin de prévenir les organisateurs de votre venue

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

**IMPORTANT :** Toutes les activités dépendent de la situation sanitaire du moment et peuvent être annulées sans préavis

**RAPPEL DES REGLES POUR TOUTES LES SORTIES :** **MASQUE OBLIGATOIRE ET NETTOYAGE DES MAINS AU GEL HYDROALCOOLIQUE DANS LES VOITURES, DISTANCIATION A RESPECTER LORS DES RANDONNEES et DES PIQUE-NIQUES.**

### Janvier

Samedi 9 janvier	GALETTE DES ROIS et DES REINES
Pour éviter de se retrouver dans un lieu fermé et s'il ne pleut pas, fêtons l'Épiphanie en plein air et partageons les galettes que chacun apportera selon les goûts. Extra-Muros offre les boissons. Pour éviter le gaspillage groupez-vous à 2 ou 3 par galette.	RdV : 14h00

Dimanche 17 janvier	Sortie NEIGE
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 de votre présence <b>avant le samedi 16 janvier à midi</b> afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)	Départ ski: 7h30 Départ raquettes : 8h

Dimanche 24 janvier	Randonnée à LASSERRE (31)
☒ : 7 km (2h30) ⌚	⚡ : 100 m 🥾
Petite balade sur un des points les plus hauts du Volvestre : le sentier de Guillou, belles vues sur le massif du Mt Valier et les sommets du Biros.	
Départ : 9h30	

#### 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 !! "

<b>Dimanche 31 janvier</b>	<b>Journée à LUCHON (31)</b>
Cette journée est ouverte à tou.te.s pour skier ou se balader ou profiter des thermes. Prévoir le pique-nique, le maillot de bain pour les amateurs d'eaux sulfées (+ tongs, sinon il faut les acheter sur place) et les équipements neige pour les voitures. Prévenir Extra-Muros <b>avant le samedi 30 janvier à midi</b> afin d'organiser au mieux la sortie	<b>Départ : 7h30</b>

# 14<sup>E</sup> FESTIVAL DE FILMS LGBTQI+

29 JANVIER AU 7 FEVRIER A TOULOUSE  
8 AU 28 FEVRIER EN REGION OCCITANIE


2021





Programme complet sur <http://www.des-images-aux-mots.fr>


## Février

<b>Jeudi 4 février</b>	<b>Sortie SKI</b>
Dernière sortie ski avant les vacances de février : destination choisie en fonction de l'enneigement. Prévoir le pique-nique et les équipements neige pour les voitures. Merci de prévenir Extra-Muros de votre présence <b>avant le mercredi 3 février à midi</b> afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)	<b>Départ ski: 7h30</b>

<b>Dimanche 7 février</b>	<b>Randonnée à Ste FOY de PEYROLIERES (31)</b>
☒ : 10 km (2h50) ⌚	Υ : 170 m 
Le parcours débute au cœur du joli village de Ste Foy de Peyrolières et emprunte pour un tiers des petites routes goudronnées peu fréquentées. A mi-chemin découverte de l'étang de Parayre propice à une halte paisible.	
<b>Départ : 10h00</b>	

<b>Dimanche 14 février</b>	<b>Randonnée à St FELIX de LAURAGAIS (31)</b>
☒ : 8 km (2h30) ⌚	Υ : 91 m 
Petite balade entre collines et vallons en passant l'écrin de verdure du cimetière des Anglais (pour l'histoire, il s'agit de soldats de Wellington qui, après la rude bataille de Toulouse en avril 1814, rendirent l'âme à St Félix)	
<b>Départ : 10h00</b>	

<b>Dimanche 21 février</b>	<b>Randonnée à LABARTHE (82)</b>
☒ : 10 km (2h30) ⌚	Υ : 30 m 
Le Circuit des Oiseaux nous fera découvrir le vallée de la Lupte, ses prairies, ses coteaux où règne une agriculture variée et ses magnifiques panoramas.	
<b>Départ : 9h00</b>	







<b>Dimanche 28 février</b>	<b>Randonnée à AUZAS (31)</b>
☒ : 9 km (3h00) ⌚	Υ : 80 m 
Balade commingeoise sur ce sentier des pierres sèches et visite du village natal de Norbert Casteret aux façades des maisons en calcaire blanc dit « de Nankin »	
<b>Départ : 9h00</b>	

## Mars

<b>Du Lundi 8 au Dimanche 14 mars</b>	<b>SNOW GAY à AX-LES-THERMES (09)</b>
Information : 10eme édition de la Snow Gay, programmation complète et renseignements <a href="https://snow-gay.com" style="color: #800000;">https://snow-gay.com</a>	

<b>Dimanche 14 mars</b>	<b>Sortie NEIGE</b>
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 de votre présence <b>avant le samedi 13 mars à midi</b> afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)	<b>Départ ski: 7h30</b>
<b>Départ raquettes : 8h</b>	

### 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 !! "*

<b>Dimanche 21 mars</b>		<b>Randonnée à MAUVEZIN (32)</b>	
☒ : 14 km (4h15)	🕒🕒	⚓ : 198 m	👟
Départ : 8h30			
Pour fêter le 1er jour du printemps, le circuit des jonquilles nous mènera des rives de la Gimone à l'ancienne voie de chemin de fer en passant par d'agréables sous-bois et, peut-être, aurons-nous le plaisir de ramener une grande brassée de jonquilles.			

## Avril

<b>Dimanche 11 avril</b>		<b>Randonnée autour d'AURENQUE (32)</b>	
☒ : 13,7km (4h20)	🕒🕒	⚓ : 150 m	👟
Départ : 8h30			
Belle balade le long du Gers, dans la jolie vallée du Petit puis sur les crêtes dominant Castelnau d'Arbieu qui offrent un superbe point de vue sur Fleurance et la chaîne des Pyrénées. Visite de Lectoure.			

<b>Dimanche 18 avril</b>		<b>Randonnée à St ANDRE de NAJAC (12)</b>	
☒ : 17 km (5h00)	🕒🕒🕒	⚓ : 580 m	👟👟👟
Départ : 8h00			
Randonnée dans une nature bien préservée et des paysages d'exception entre les vallées du Viaur et de la Serène,			

<b>Dimanche 25 avril</b>		<b>Randonnée au VAUX (31)</b>	
☒ : 18 km (5h00)	🕒🕒🕒	⚓ : 313 m	👟👟
Départ : 8h30			
Le circuit de la Saune nous conduira, sans difficultés particulières, du Vaux à Juzes, de Juzes à Maurens et de Maurens au Vaux, petits villages haut-garonnais.			

### 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 !! "