



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 SOIREE)

Programme d'activités de l'association Sept, oct, nov et déc 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

Arriver au RdV 10 mn avant l'heure de départ annoncée

⚠ COVID : Hormis les protections toujours en cours (masque et gel) les nouvelles dispositions ne permettront pas aux participants NON VACCINES OU NON TESTES D'AVOIR ACCES A CERTAINES ACTIVITES (bar, musée etc..). Obligation de présenter un pass sanitaire ou un test négatif plus la carte d'identité. Chacun étant responsable de sa décision.

Septembre

Dimanche 19 septembre	Randonnée à SAVERES (31)
☒ : 9 km (2h45) ⌚	⌚ : 90 m 🥾
Départ : 10h00	
Entre bois et prairies, randonnée ombragée autour du joli lac de Savères.	

Dimanche 26 septembre	Randonnée à DURBAN S/ARIZE (09)
☒ : 17km (5h00) ⌚ ⌚	⌚ : 500 m 🥾 🥾 🥾
Départ : 8h00	
Belle boucle dans le piémont pyrénéen : alternance de montées et de descentes dans une forêt de buis jusqu'aux ruines du château de St Barthélemy, enceinte fortifiée du 11e siècle.	

Octobre

Dimanche 3 octobre	Randonnée à AURENQUE (32)
☒ : 13,7 km (4h20) ⌚ ⌚	⌚ : 150 m 🥾
Départ : 8h30	
Deux boucles le long du Gers dans la jolie vallée du Petit puis sur les crêtes dominant Castenau d'Arbieu qui offrent un superbe point de vue sur Fleurance et la chaîne des Pyrénées..	

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 !!"



La Marche des fiertés LGBT de Toulouse (sous réserves)
Le Village se tiendra Place du Capitole
le samedi 9 octobre
 Programme complet sur www.pridetoulouse.com



Dimanche 24 octobre	Randonnée à MONTOLIEU (11)	
☒ : 10 km (3h30) ☺☺	⌄ : 200 m 🥾	Départ : 8h30
Randonnée qui serpente entre champs et forêts, à voir quelques belles propriétés et le village de Montolieu. Puis visite du musée Cérés Franco riche de 450 tableaux et sculptures d'artistes venus du monde entier. Tarif : 7€ à payer sur place.		

Novembre

Dimanche 7 novembre	Randonnée à SOMPLESSAC (82)	
☒ : 10 km (3h) ☺	⌄ : 150 m 🥾	Départ : 9h00
Depuis le hameau de Sompléssac on suit le GR en traversant le vallon du Rieucros jusqu'aux abords de la source de la Lère que l'on remonte jusqu'au pont de St Antonin puis retour par le vallon de la Lère morte qui ne coule qu'une partie de l'année. Peut-être aurons la chance d'y voir encore la colchique d'automne caractéristique de ce milieu humide.		

Dimanche 21 novembre	Randonnée à BOULOC (31)	
☒ : 14 km (4h30) ☺☺	⌄ : 200 m 🥾	Départ : 9h00
Randonnée campagnarde entre bois et côteaux, traversée du village de Villeneuve-Lès-Bouloc et son château du 16e transformé depuis peu en appartements haut de gamme.		

Décembre

Dimanche 5 décembre	Randonnée à VAÏSSAC (82)	
☒ : 13 km (3h30) ☺☺	⌄ : 200 m 🥾	Départ : 9h00
Des premières terrasses de l'Aveyron nous longerons le lac de Gouyre avant de rejoindre le village par un chemin de crête au milieu des bois.		

Dimanche 12 décembre	Randonnée à CASTELNAU D'ESTRETEFONDS (31)	
☒ : 9 km (2h30) ☺	⌄ : 150 m 🥾	Départ : 10h00
Entre village et campagne à travers les bois et le vignoble millénaire du Frontonnais		

Dimanche 12 décembre	Apéro au BEAR'S TOULOUSE (31)	
Retrouvons-nous autour d'un verre pour un moment de convivialité entre ami.e.s.		

Dimanche 19 décembre	Sortie NEIGE	
1 ^{ère} sortie neige (ski et raquette) : la destination sera choisie en fonction de l'enneigement. Prévoir le pique-nique et les équipements neige pour les voitures. Merci de prévenir les organisateurs de votre présence avant le vendredi 17 décembre à midi afin d'organiser au mieux la sortie (destination, véhicules...)	Départ ski : 7h30	Départ raquettes : 8h00

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 !! "