



PROGRAMME DES
RANDONNEES
PEDESTRES

CALENDRIER AUTOMNE/HIVER 2025/2026



Responsables de Rousset Rando :

J-Marie GRANIER 06.19.77.47.64

Guy WELLEMS 06.14.55.31.31

LES AMIS DE L'INSTRUCTION LAÏQUE



5, place Paul Borde



04.42.29.14.56



www.ail-rousset.com



ail@ail-rousset.com

RANDO INFOS

ON RANDONNE DANS NOS MASSIFS

Randonnées accessibles à tous (2 h 30 environ).

Faible dénivelé.

Les lieux sont précisés quelques jours avant par les organisateurs.

Départ **en covoiturage** à 13 h 30 du parking de la Plaine Sportive de ROUSSET.



Dates Rando en semaine

GOUTER



Merc. 1er oct. : V Picou : 06 32 22 29 46

Jeu. 16 oct. : J Martinez et N Mencacci : 06 59 20 05 56

Mercredi 05 novembre : JL Guilloteau : 07 77 11 98 27

Jeudi 20 nov. : P Charvet et P Crenes : 06 99 44 25 79

Merc. 03 déc : B Monnier et F Cordero : 06 22 18 28 22

Jeudi 18 décembre : M Couton : 06 88 43 15 05

Mercredi 07 janvier 2026 : M Peres : 06 19 72 24 63

Jeudi 15 janvier : G Barbu : 06 65 18 53 92

Merc. 04 février : P Poulet : 06 23 29 40 79

Jeudi 19 février : C et F Rebuffat : 06 14 87 03 00

Merc. 04 mars : D Picou : 06 32 22 29 46

Jeudi 19 mars : G Molénat : 06 31 01 16 33

Merc. 1er avril : P Charvet et P Crenes : 06 99 44 25 79

Jeudi 16 avril : JL Charrier : 06 83 13 56 79

SEPT. 2025

**Dimanche 28 : le Jas de
Frédéric à Riboux :**

Petite randonnée : 2h de marche.

Départ 8h

Possibilité aux non marcheurs de nous rejoindre à 11 h 30.

Départ collectif à 10h de la Plaine Sportive.

Inscriptions au secrétariat des AIL jusqu'au vendredi
19 septembre.

Prix : 33, 50€

A & M Couton : 06 88 43 15 06

OCT. 2025



**samedi 11 : INSCRIPTIONS
WE RAQUETTES 17-18 JANV 2026**

Dim. 12 : Nans les Pins et Pique-nique au Cabanon de Nadine.

7km, 3h de marche, 300m de dénivelé.

Départ 8h30

Possibilité aux non marcheurs de rejoindre le groupe à 12h au
Cabanon de Nadine.

Des renseignements concernant la localisation du Cabanon
seront donnés ultérieurement.

G Molénat : 06 31 01 16 33

N Migliore : 06 33 21 84 02



**lundi 13 : DEBUT DES INSCRIPTIONS
REPAS DU 30 OCTOBRE**

Dimanche 26 : Les Gorges du Caramy par Tourves.

14km, 6h de marche, 500m de dénivelé.

Départ 08 h 00

M & P Palun : 06 25 81 37 93

Jeudi 30 : Repas au restaurant le Millymètre.

Menu : Daube de joue de bœuf. RDV 12 h au restaurant.

Prix 21€ comprenant : l'apéritif, la daube, le dessert, le café et
le vin.

Payable à l'inscription au secrétariat des AIL du 13 au 23 oct.

R Mazzocchetti : 06 27 24 04 15

A Chauwin : 06 36 65 78 32



NOV.2025

Dimanche 9 : Sainte Victoire par la face Nord

Chemin des Venturiers

8km, 5 h de marche, 400m de dénivelé.

Départ : 8 h 30 de la Plaine Sportive ou RDV à 9 h 30 au parking des Cabassols à Vauvenargues.

JL Charrier : 06 83 13 56 79

Samedi 22 : Repas et animation musicale :

Les Feuilles d'Automne au Foyer Laïque.

Des précisions seront données très prochainement.

N Mencacci : 06 09 26 13 99

Dimanche 30 : Les Gravures du Garlaban.

9km, 3h30 de marche, 200m de dénivelé.

Départ : 08 h 30

Possibilité aux non marcheurs de nous rejoindre à 12h dans un lieu précisé ultérieurement.

G Molénat : 06 31 01 16 33



DEC.2025

Samedi 6: On marche pour le Téléthon

RDV à 08 h 45 devant la Mairie de ROUSSET pour une petite balade de 2h proposée par JL Guilloteau.

Arrivée à 11 h 30 au Foyer Laïque pour l'apéritif et la traditionnelle Soupe de queues de cochon préparée par Marie-Christine et Guy.

Renseignements complémentaires ultérieurs.

JM Granier : 06 19 77 47 64



lundi 8 : DEBUT DES INSCRIPTIONS GATEAU DES ROIS du 11 janvier 2026

Dimanche 14 : Le Cuou de Peyrou. Charleval

10km, 04 h 00 de marche, 280m de dénivelé.

Départ : 08 h 30

G Barbu : 06 65 18 53 92



JANV. 2026

Samedi 10: INSCRIPTIONS SEJOUR CAVALERIE
21 au 24 mai 2026



Dimanche 11 : Gâteau des Rois à Saint Jean Du Puy à TRET

Petite Rando de 02 h 00 proposée par M Couton.

Départ 09 h 00

Les non marcheurs pourront nous rejoindre à 11h30 à l'ermitage

de Saint Jean de TRET pour le pique-nique tiré du sac suivi de la traditionnelle dégustation du Gâteau des Rois.

Participation de 5€ payable à l'inscription au secrétariat des AIL du lundi 8 au vendredi 19 décembre 2025.

H & JM Granier : 06 19 77 47 64

Samedi 17 et dimanche 18 : Week-end Raquettes au Gîte de la Draye aux Crots.

Tarif : 56,50€ payable à l'inscription.

Inscriptions le samedi 11 octobre au secrétariat des A I L de 9h à 10 h .

Places limitées.

Des précisions sur le programme seront données très prochainement.

A & M Couton : 06 88 43 15 05

Dimanche 25 : La boucle des Barrages Zola Bimont.

11km, 04 h 30 de marche, 350m de dénivelé.

Départ : 08 h 30

P Poulet : 06 23 29 40 79

FEV.2026

Samedi 7 : INSCRIPTIONS SEJOUR COL D'ORNON
19 au 26 juillet 2026

Dimanche 8 : Le Mont des Marseillais au départ de Pichauris 14,5km, 06 h 00 de marche, 480m de dénivelé.

Départ : 8h

C Renard : 06 73 34 00 75- M Bethon : 06 43 72 75 77

Dimanche 22 : La boucle du Collet Blanc à Venelles.

12km, 04 h 00 de marche, 260m de dénivelé.

Départ : 08 h 30

P Poulet : 06 23 29 40 79

MARS 2026



lundi 2: DEBUT DES INSCRIPTIONS JOURNEE COQUILLAGES
du 21 mars 2026

Dimanche 8 : Les crêtes du Pilon Saint Clément. Néoules.

14km, 04 h 30 de marche, 380m de dénivelé.

Départ : 08 h 30 M Couton : 06 88 43 15 05

Samedi 14 : Réunion calendrier à 17 h 00 au Foyer Laïque.

JM Granier : 09 19 77 47 64 et G WILLEMS: 06 14 55 31 31

Samedi 21 : Journée coquillages au Cabanon.

Départ à 9h du Cabanon pour une petite Rando de 2h proposée par G Molénat.

Les non marcheurs pourront nous rejoindre à 11h au Cabanon pour l'apéritif et la dégustation des coquillages.

Un appel sera lancé pour le nettoyage des moules et l'ouverture des huitres.

Tarif : moules seules cuisinées par Guy : 7€

Moules + 6 huitres : 12€

Moules + 12 huitres 15€

Payable à l'inscription au secrétariat des AIL du lundi 2 mars au vendredi 13 mars

G Wellems : 06 14 55 31 31 - JM Granier : 06 19 77 47 64

Dimanche 29 : Entrecasteaux.

12km, 5h de marche, 400m de dénivelé.

Départ 08 h30

V & d Picou : 06 32 22 29 46

AVRIL 2026



Dimanche 12: TRAIL de STE VICTOIRE
Renseignements ultérieurs auprès de Marc Peres
06 19 72 24 63

MAI 2026

Séjour jeudi 21 au lundi 25 mai : à la Cavalerie. Aveyron

Demi-pension : 52€ par jour et par personne.

Inscriptions le samedi 10 janvier au secrétariat des A I L de 9h à 10h, places limitées.

Il sera demandé ce jour-là un chèque de 58€ qui sera encaissé immédiatement, un chèque de 150€ qui sera encaissé à la fin du séjour et une somme de 20€ en espèces pour les boissons.

B & G BARBU : 06 65 18 53 92

PROJETS

Séjour du 19 au 26 juillet 2026 au Col d'Ornon

Tarif : en demi-pension : 440€ par personne

Inscriptions le samedi 7 février 2026 au secrétariat des AIL de 9h à 10h

(Places limitées)

Les modalités de paiement seront précisées ultérieurement

N Mencacci : 06 09 26 13 99