



Rando-club LES PAS DE LA CÈRE

Siège social : Mairie – Place du Carladès - 15800 Vic-sur-Cère

Tél. secrétaire : 06.44.16.73.40

Email : [lespasdelacere@hotmail.com](mailto:lespasdelacere@hotmail.com)



Association loi 1901 affiliée à la

Association affiliée

# PROGRAMME 2025-2026

(VERSION DU 11/08/2025)

📣 Retrouvez-nous au Forum des associations,

dimanche 7 septembre 2025, de 14h à 18h, à la salle polyvalente de Vic-sur-Cère.

## RANDONNÉE PÉDESTRE / RAQUETTES / TREK

Animateurs : Jean-Luc BARTHES (06.95.48.69.46), Franck BERSEGOL (06 98 87 17 55), Isabelle FAILLES (06 73 49 19 24), Gillette GUIDET (06 44 16 73 40), Pascal JAUBART (06 32 59 73 74), Josiane SILVA (06 85 53 28 83), Solange THERS (06 73 47 34 81).

▶ **Activité le 3<sup>e</sup> dimanche du mois sauf exception, sortie à la journée ou en itinérance sur plusieurs jours.**

▶ Reprise de l'activité dimanche 21 septembre 2025.

▶ Possibilité de prêt de bâtons de randonnée et de raquettes par le rando-club (sur demande).

▶ **Calendrier des sorties :**

Dim 21/09/2025 ▶ **Château de Valon et lecture de paysage (Aveyron)** par Gillette G.

Dim 19/10/2025 ▶ **Aubazines, canal des moines, monastère féminin et cromlech du puy de Pauliac (Corrèze)** par Solange T.

Dim 16/11/2025 ▶ **Vieillevie en dehors des sentiers battus (Cantal)** par Pascal J.

Dim 21/12/2025 ▶ **Randonnée « lever du soleil » (Cantal)** par Franck B.

Dim 18/01/2026 ▶ **Mur-de-Barrez - Bromme (Aveyron)** par Jean-Luc B.

Dim 15/02/2026 ▶ **Lacapelle-Barrès, Pailherols, Malbo (Cantal)** par Isabelle F.

Dim 22/03/2026 ▶ **Barrage de Lanau – Lorcières (Cantal)** par Josiane S.

Dim 19/04/2026 ▶ **Turenne-Collonges-la-Rouge (Corrèze)** par Jean-Luc B.

Du jeu 14/05 au sam 16 ou dim 17/05/2026 (*pont de l'Ascension*) ▶ **Long week-end randonnée dans le Haut-Languedoc avec découverte de l'arête de Saint-Eutrope, du cirque de Mourèze...** (Hérault) par Pascal J.

Du sam 24/05 au dim 25/05/2025 ▶ **Thérondeles-Mur-de-Barrez-Thérondeles sur un week-end (Aveyron)** par Isabelle F.

Dim 07/06/2026 ▶ **La Narse de Nouvialle (Cantal)** par Solange T.

Du sam 27/06 au dim 05/07/2025 ▶ **Projet de trek itinérant dans la vallée de la Clarée (Hautes-Alpes)** par Franck B. (*à confirmer*)

Important : certaines randonnées proposées pourront – en fonction des conditions d'enneigement – être modifiées pour être effectuées avec des raquettes à neige.

Par ailleurs, les animateurs se réservent le droit de vous proposer des randonnées pédestres ou en raquettes et/ou des ateliers en + du programme ci-dessus.

## MARCHE NORDIQUE À VIC-SUR-CÈRE



Animateurs : Béatrice BONAL (06 75 32 19 87), Lionel SALAT (06 78 47 45 86).

- ▶ Sortie les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> dimanches du mois, sauf exception.
- ▶ Reprise de l'activité dimanche 28 septembre 2025.
- ▶ Du 15 au 20 septembre et du 22 au 28 septembre 2025, des séances d'1h vous seront proposées par Lionel puis Béatrice pour apprendre ou réapprendre la technique de marche nordique au Parc de Vic-sur-Cère (l'heure de rendez-vous vous sera communiquée par chaque animateur en fonction des participants).
- ▶ Du sam 28 au dim 29 mars 2026 : participation au rassemblement de marche nordique « Nordic-VAT » dans l'Allier.
- ▶ Possibilité de prêt de bâtons de marche nordique par le rando-club (sur demande).

## MARCHE NORDIQUE À AURILLAC



Animateurs : Bernard COURTILLÉ (06 50 55 74 64) et Lionel SALAT (06 78 47 45 86).

- ▶ Activité tous les samedis matin à 9h ou 9h30. Point de rendez-vous : parking de la Ponétie à Aurillac.
- ▶ Reprise de l'activité samedi 20 septembre 2025.
- ▶ Du sam 28 au dim 29 mars 2026 : participation au rassemblement de marche nordique « Nordic-VAT » dans l'Allier.
- ▶ Possibilité de prêt de bâtons de marche nordique par le rando-club (sur demande).

## RANDO SANTÉ®



Animateurs : Bernard COURTILLÉ (06 50 55 74 64), Bernard PROULT (06 72 75 42 72), Georges-Marie ZUNINO (06.87.83.85.50).

- ▶ Activité tous les mardis hors vacances scolaires de 14h à 16h30 (printemps/automne) ou de 13h30 à 16h (hiver). Point de rendez-vous : le parking derrière l'Office de Tourisme à Vic-sur-Cère. Reprise de l'activité mardi 16 septembre 2025.
- ▶ Possibilité de prêt de bâtons de randonnée par le rando-club (sur demande).

① Pour chaque activité, **l'inscription est OBLIGATOIRE** auprès de l'animateur référent. Les consignes propres à chaque sortie vous seront précisées en amont de celle-ci.

## Adhésion 2025-2026 :

Compléter la fiche d'inscription disponible en téléchargement sur le site du Comité départemental de randonnée pédestre du Cantal (CDRP 15) à l'adresse <https://cantal.ffrandonnee.fr/pour-adherer/> ou sur simple demande par mail à [lespasdelacere@hotmail.com](mailto:lespasdelacere@hotmail.com).

Tarif : 10 € pour l'adhésion au club Les Pas de la Cère + le prix de la licence Fédération française de la Randonnée pédestre. Règlement par chèque ou par virement au « rando-club les Pas de la Cère ». Justificatif fourni sur demande.

Certificat médical : Pour toute *nouvelle adhésion ou reprise de la licence après une interruption de deux saisons sportives ou plus*, un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du sport datant de moins de 6 mois à la date de prise de la Licence doit être fourni avec le formulaire d'inscription.

Dans le cadre *d'un renouvellement*, fourniture d'une attestation sur l'honneur d'avoir lu et compris les conseils de santé et prendre, ou avoir pris les dispositions nécessaires pour participer aux activités de la FF Randonnée sans risque pour sa santé.