

PROGRAMME CYCLO :

LUNDI 17 SEPTEMBRE :

Matinée : Trajet vers Saint Geniez d'Olt – pique –nique en route ou repas au Marmotel pour ceux qui ont réservé

Après-midi : Randonnée courte vers La Canourgue (1463665) 66 km dénivelé 845 m

Saint-Geniez—D95-Saint-Martin de Lenne-D45-Saint-saturnin de Lenne-D202-D202/D45 à droite - Campagnac-D37-D37/D9809-à gauche D809-Tartaronne – D809- Banassac- à gauche D988 – Saint-Laurent d'Olt – D988/D45 – à gauche D45-D202- Saint-Martin de Lenne – à droite D2 –Saint-Geniez d'Olt

MARDI 18 SEPTEMBRE :

Journée : Randonnée vers l'Aubrac -Col de Bonnecombe (1462914) 107 km 1910 m dénivelé

Saint-Geniez-D988 – Saint Laurent d'Olt – D988/D56 – Saint Pierre de Nogaret –Trelans- D56- Le Fromental – D56/D52 – D52 – Col de Bonnecombe - D52 Nasbinals – D987 vers Aubrac – D987/D219 - D19 – Prades d'Aubrac – D19 - Malataverne – D19 – Sainte Eukalie d'Olt – Saint Geniez

(rendez-vous avec accompagnants au km 65 à proximité de la cascade de DEROC pour pique-nique)

MERCREDI 19 SEPTEMBRE :

Matin : Randonnée vers Espalion –Bozouls- Laissac (1486492) 75 km 921 m dénivelé

Saint Geniez – D19 - Sainte Eulalie – D19 – D19/D141 – D141 – Saint Côme d'Olt – D987 – Espalion – D108 – Granies – D108 – D108/D920 – à droite D108E - D920 - Bozouls - D988 – Gabriac (*) - D622 – Les Bourrines – Laissac (entrée) – D28 – Le Pont de Palmas – D28 – Coussergues – D45 – Galinières – Saint Martin de Lenne – D95 – Saint Geniez

(*) possibilité de raccourcir 10 km par D988 - Cruejols – Sainte Eulalie

Déjeuner au Marmotel avec accompagnants

Après-midi : Activité commune avec accompagnants - visite coutellerie LAGUIOLE ou coopérative laitière près de LAGUIOLE

JEUDI 20 SEPTEMBRE :

Journée : Randonnée sur la journée vers le LEVEZOU (1491846) 110 km 1640 m de dénivelé

Saint Geniez – D95 – St Martin de Lenne - D45 – Coussargues – D45 - Laissac – D523 – D523/D29 – D29 – SEGUR – D95 – Prades Salars - D535 – D535/D993 – à droite D243 Les Vernhes (rdv accompagnants pour pique nique) – D243 – à droite D993 – à gauche VC vers Prades Salars - D95 – Segur - D29 – 29/D95 - à droite D95 sur 3 km et à droite 2eme VC après Burguière Haute– VC –Le Mannap– VC – VC/D28 – à droite D28 - D28/D195 – à gauche D195 - Gaillac d'Aveyron – D95 – Vimenet - D95 – St Martin de Lenne D95 – Saint GENIEZ

Rendez-vous avec accompagnants au Lac de PARELOUP les Vernhes ou à proximité) pour le pique-nique

VENDREDI 21 SEPTEMBRE :

Matin : Départ après le petit-déjeuner pour Cahors Ou pour ceux qui le souhaitent

sortie à la Croix de la Rode (1473883) 55 km environ et 1150 m de dénivelé : Saint Geniez – D503 - Verlac – D503 - Vieurals – D503 – Croix de la Rode - D503/D219 – à gauche D219 - Born - D219 – D219/D19 – D19 – Ste Eulalie - Saint Geniez

PROGRAMME ACCOMPAGNANTS :

(Il s'agit là de suggestions qui pourront être adaptées et affinées sur place)

LUNDI 17 SEPTEMBRE APRES -MIDI :

Randonnée pédestre facile à partir de Saint Geniez vers Sainte Eulalie et retour avec visite des deux villages

MARDI 18 SEPTEMBRE :

Matin : Randonnée pédestre dans le secteur de NASBINALS – Cascade de DEROC - Déjeuner panier-repas à proximité de la cascade de DEROC avec les cyclos

Après-midi : Visites de Nasbinals ,Aubrac , Saint Chely d'Aubrac

MERCREDI 19 SEPTEMBRE :

Matin : par la vallée du Lot et Espalion accès et visite au trou de Bozouls avec parcours botanique

Déjeuner avec cyclos au MARMOTEL

Après-midi : Visite commune avec Cyclos vers LAGUIOLE

JEUDI 20 SEPTEMBRE :

Matin : Randonnée à proximité du lac de PARELOUP -Pique-nique commun avec cyclos

Après-midi : Randonnée, farniente au bord du lac ou visite (Salles Curan)

VENDREDI 21 SEPTEMBRE :

Pour ceux qui ne sont pas repartis sur Cahors

Matin : Randonnée pédestre à partir de Verlac (environ 3 heures) vers le village abandonné d'Aurette et sa chapelle