

SÉGALA
AVEYRON - TARN
SAUVAGE DE CARACTÈRE

2

PROGRAMME

RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES

À PIED DE L'ÉTÉ

©GREG ALIC

SÉGALA

2025

MARDI 8 JUILLET 2025

ALBAGNAC - MOULIN DE BERNADOU - PRADINAS

10 km / 3h30 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Gérard ESPINASSE
Pierre DELCAUSSE
Jean-Pierre TUERY
06 26 03 90 11

Covoiturage : 1,50€

JEUDI 10 JUILLET 2025

LA BORIE BASSE - VILLELONGUE

8 km / 3h00 / **

Départ de Naucelle à 9h00

ANIMATEURS :

René BARRES : 07 80 54 47 68
Claude COSTES : 06 60 53 70 14

Covoiturage : 1,50€



MARDI 15 JUILLET 2025

LA ROUYRIE - LA PLANQUE- LE POUGET

9 km / 3h00 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 20h30

ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE
Gérard ESPINASSE
Jean-Pierre TUERY

Covoiturage : 1,50€



*NOCTURNE : prévoir lampe torche ou frontale
et, si possible, gilet fluo.
Traversée du Parc animalier de la Planque. Pas
de chien même tenu en laisse.*

JEUDI 17 JUILLET 2025

CHÂTEAU DE TAURINES

7 km / 2h30 / **

Départ de Naucelle à 17h30

ANIMATEURS :

Maxime CAZALS : 06 40 89 96 01
Roland BESSIERE : 06 26 85 67 70

Covoiturage : 1,50€

SEMI NOCTURNE
Apéritif offert



MARDI 22 JUILLET 2025

SAUVETERRE - LES CAYROUX - LES ESCOURGATS

9 km / 3h00 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Ghislaine GRANDET
Pierre DELCAUSSE
Jean-Michel LAFFAGE
06 84 78 44 65

Covoiturage : non

Apéritif offert



JEUDI 24 JUILLET 2025

LA VALLÉE DE LA NAUZE CALMONT

8 km / 2h45 / **

Départ de Naucelle à 9h00

ANIMATEURS :

Jean-Marie MALGOUYRES : 06 70 72 30 85
Francis TREBOSC : 06 72 04 35 07

Covoiturage : 1,50€

MARDI 29 JUILLET 2025

VALLÉE DU MERGOU - ALBAGNAC

8 km / 3h30 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Gérard ESPINASSE

Pierre DELCAUSSE

Jean-Pierre TUERY : 06 26 03 90 11

Covoiturage : non

JEUDI 31 JUILLET 2025

NAUCELLE - JALENQUES

6 km / 2h30 / **

Départ de Naucelle à 9h00

ANIMATEURS :

Claude COSTES : 06 60 53 70 14

Jean-Marie MALGOUYRES : 06 70 72 30 85

Covoiturage : non



MARDI 5 AOÛT 2025

GRAMOND - BOUSSAC

8 km / 3h00 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Ghislaine GRANDET

Pierre DELCAUSSE

Jean-Pierre TUERY

06 81 89 86 53

Covoiturage : oui (1,50€)

JEUDI 7 AOÛT 2025

CHÂTEAU DU BOSQ

7 km / 2h30 / **

Départ de Naucelle à 17h30

ANIMATEURS :

Claude COSTES : 06 60 53 70 14

René BARRES : 07 80 54 47 68

Covoiturage : 1,50€

SEMI NOCTURNE
Apéritif offert



MARDI 12 AOÛT 2025

SAUVETERRE - LES FRÈRES - LES CAYROUX - CADARS

7 km / 2h30 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Pierre DELCAUSSE

Jean-Michel LAFFAGE

Jean-Pierre TUERY

06 84 78 44 65

Covoiturage : non

Apéritif offert



JEUDI 14 AOÛT 2025

LAVERGNE - CASTELMARY

8 km / 2h30 / **

Départ de Naucelle à 9h00

ANIMATEURS :

Francis TREBOSC : 06 72 04 35 07

Bernard SOUYRIS : 06 61 86 24 58

Covoiturage : oui (1,50€)

MARDI 19 AOÛT 2025

SAUVETERRE - LA PRADE BASSE - NAUCELLE -

10 km / 3h00 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 20h30

ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE

Pierre DELCAUSSE

Jean-Pierre TUERY

06 50 83 95 30

Covoiturage : non



NOCTURNE : prévoir lampe torche ou frontale et, si possible, gilet fluo.

JEUDI 21 AOÛT 2025

SENTIER DES CRÊTES À THURIÈS

8 km / 3h00 / **

Départ de Naucelle à 9h00

ANIMATEURS :

Roland BESSIERE : 06 26 85 67 70

Maxime CAZALS : 06 40 89 96 01

Covoiturage : 1,50€



MARDI 26 AOÛT 2025

JOUELS - RÉBINTIN - LA LONGAGNE

9 km / 3h00 / **

Départ de Sauveterre-de-Rouergue à 9h00

ANIMATEURS :

Jean-Michel LAFFAGE

Pierre DELCAUSSE

Jean-Pierre TUERY

Covoiturage : non

PREVOIR UN EQUIPEMENT ADAPTE

- ➔ De bonnes chaussures de marche.
- ➔ De l'eau.
- ➔ Un vêtement de pluie.
- ➔ Gilet fluo et lampe torche ou frontale pour les randonnées nocturnes.



INFOS IMPORTANTES

Les chiens ne sont pas autorisés.
Les poussettes ne sont pas autorisées.

Difficulté : * Facile / ** Moyenne / *** Difficile

POINTS DE RENDEZ-VOUS DES RANDONNÉES :

Départ de Naucelle : sur le parking de l'Intermarché.

Départ de Sauveterre-de-Rouergue : devant l'office de tourisme (Place des Arcades).

Covoiturage : certaines randonnées nécessitent un co-voiturage (forfait 1.50€)

ORGANISATION :

Les randonnées sont gratuites et animées par des adhérents du Club des Randonneurs du Naucellois. Le programme peut-être modifié en fonction de la météo et de l'état des sentiers. Les randonnées peuvent être annulées en fonction de la réglementation sanitaire.

L'animateur se réserve le droit de refuser un participant si son équipement n'est pas adapté à la difficulté de la randonnée.

CONDITIONS SANITAIRES :

L'organisation des randonnées respecte des règles sanitaires demandées à la pratique de la randonnée (pas de déchets etc).