

Section Randonnée Pedestre



Nœud de corde et ARVA

COURSES FEVRIER 2016

Dates	COURSES	Niveau	Accompagnants
06-févr	<p><u>Pic de Carmil (1617 m) - Raquettes</u></p> <p><u>Formation ARVA et NŒUDS CORDES</u></p> <p>Point de RV : FOIX derrière la Poste à 8 h</p>	BM	<p><u>Francis ELIAS</u></p> <p>Tel : 0561653434</p> <p>Port : 0684087432</p>
14-févr	<p><u>Roc de Miglos (1708 m) - Raquettes</u></p> <p>Point de RV : FOIX derrière la Poste à 8 h</p> <p>Point de départ : Larnat</p> <p>Dénivelée : 600 m - Temps A/R 6 h</p>	MD	<p><u>Daniel FONTANEAU</u></p> <p>Port : 06 74 91 50 99</p>
21-févr	<p><u>Le Puech (1669 m) - Raquettes</u></p> <p>Point de RV : FOIX derrière la Poste à 7 h</p> <p>Gare de St-Girons à 7 h 45</p> <p>Point de départ : Portet d'Aspet</p> <p>Dénivelée : 800 m - Temps A/R 5 à 6 h</p>	BM	<p><u>Nicole LESTRADE</u></p> <p>Tel : 0561668325</p> <p>Port : 0686851481</p>
28-févr	<p><u>Cabane de Mouscadou (1700 m)</u></p> <p>Point de RV : FOIX derrière la Poste à 7 h 30</p> <p>Point de départ : Le Castelet</p> <p>Dénivelée : 1000 m - Temps A/R 6 à 7 h</p>	BM	<p><u>Gilles NOBLET</u></p> <p>Tél : 0680564071</p>

(*) MD Marcheur débutant

(*) BM Bon marcheur

(*) TBM Très bon marcheur

(*) TBMA Très bon marcheur averti