



Programme Randonnée Automne 2025

jeudi, 18 septembre 2025	Collias - Gorges du Gardon - Baume Saint-Vérédème	Animateur
Rando Journée : Long de 12.9 km - Déni.pos.: 155 m - Durée (Est.): 04h47' - Indice IBP: ■39■39■39		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 38.1 km (40 min.) - Coût A/R: 5€		06 19 71 90 63
mardi, 23 septembre 2025	Aujargues - Les Bornes	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 8.9 km - Déni.pos.: 98 m - Durée (Est.): 03h17' - Indice IBP: ■29■29■29		André
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 14h00', A/S 4.7 km (7 min.) - Coût A/R: 1€		06 51 32 53 01
jeudi, 25 septembre 2025	Cannes-et-Clairan - Les Monts-entre-Cannes-et-Cl. et Bragassargue	Animateur
Rando Journée : Long de 13.1 km - Déni.pos.: 355 m - Durée (Est.): 04h50' - Indice IBP: ■46■46■46		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 12.9 km (13 min.) - Coût A/R: 2€		06 10 33 15 73
dimanche, 28 septembre 2025	Aubussargues - Mas de Bel-Air, Garriguette, Juston, Alsas, ...	Animateur
Rando Journée : Long de 14.0 km - Déni.pos.: 238 m - Durée (Est.): 05h10' - Indice IBP: ■42■42■42		Hélène
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 31.5 km (31 min.) - Coût A/R: 4€		06 29 38 03 22
jeudi, 2 octobre 2025	Villeneuve-lès-Maguelone - Les Etangs	Animateur
Rando Journée : Long de 15.5 km - Déni.pos.: 67 m - Durée (Est.): 05h45' - Indice IBP: ■41■41■41		André
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 44.7 km (38 min.) - Coût A/R: 6€		06 51 32 53 01
mardi, 7 octobre 2025	Nages-et-Solorgues - Oppidum de Nages - La Margue - Boissières	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.4 km - Déni.pos.: 297 m - Durée (Est.): 03h51' - Indice IBP: ■42■42■42		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 14h00', A/S 2.4 km (2 min.) - Coût A/R: 0€		06 20 67 15 75
vendredi, 10 octobre 2025	Weekend à Lodève	
Séjour de deux nuits du vendredi 10 au dimanche 12 octobre 2025		
Réservation faite à La Roseraie, 1 Rue des Casernes, Lodève		
vendredi, 10 octobre 2025	Celles - Lac de Salagou	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 9.5 km - Déni.pos.: 163 m - Durée (Est.): 03h30' - Indice IBP: ■33■33■33		André
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 86.6 km (01h10') - Coût A/R: 11€		06 51 32 53 01
vendredi, 10 octobre 2025	Octon - Le Carols - Chapelle de Roubignac - Le Salagou	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.2 km - Déni.pos.: 421 m - Durée (Est.): 03h47' - Indice IBP: ■48■48■48		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 89.5 km (01h11') - Coût A/R: 11€		06 10 33 15 73
samedi, 11 octobre 2025	La Vacquerie-et-Saint-Martin-de-Castries - La Bergerie de Tedenat	Animateur
Rando Journée : Long de 11.0 km - Déni.pos.: 344 m - Durée (Est.): 04h05' - Indice IBP: ■46■46■46		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 89.7 km (01h24') - Coût A/R: 11€		06 10 33 15 73
samedi, 11 octobre 2025	Saint-Étienne-de-Gourgas - Cirque du Bout du Monde	Animateur
Rando Journée : Long de 15.1 km - Déni.pos.: 856 m - Durée (Est.): 05h36' - Indice IBP: ■81■81■81		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 97.0 km (01h16') - Coût A/R: 12€		06 10 33 15 73
dimanche, 12 octobre 2025	Montdardier - Le Pic d'Anjeau par la Crète	Animateur
Rando Journée : Long de 13.2 km - Déni.pos.: 791 m - Durée (Est.): 04h53' - Indice IBP: ■77■77■77		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 62.4 km (01h09') - Coût A/R: 8€		06 10 33 15 73



Programme Randonnée Automne 2025

dimanche, 12 octobre 2025	Saint-Maurice-Navacelles - Résurgence-Foux de la Vis	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 9.2 km - Déni.pos.: 390 m - Durée (Est.): 03h25' - Indice IBP: ■43■43■43		Hélène
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 78.8 km (01h32') - Coût A/R: 10€		06 29 38 03 22
dimanche, 12 octobre 2025	Saint-Maurice-Navacelles - Cirque de Navacelle - Gorge par le GR9	Animateur
Rando Journée : Long de 19.3 km - Déni.pos.: 1032 m - Durée (Est.): 07h08' - Indice IBP: ■99■99■99		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 79.2 km (01h25') - Coût A/R: 10€		06 10 33 15 73
jeudi, 16 octobre 2025	Saint-Mathieu-de-Trévières - Tour du Pic Saint Loup	Animateur
Rando Journée : Long de 15.2 km - Déni.pos.: 890 m - Durée (Est.): 05h38' - Indice IBP: ■87■87■87		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 08h30', A/S 22.5 km (27 min.) - Coût A/R: 3€		06 20 67 15 75
dimanche, 19 octobre 2025	Cros - Les Boules de Gargantua	Animateur
Rando Journée : Long de 15.0 km - Déni.pos.: 499 m - Durée (Est.): 05h33' - Indice IBP: ■58■58■58		Hélène
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 08h30', A/S 38.9 km (41 min.) - Coût A/R: 5€		06 29 38 03 22
mardi, 21 octobre 2025	Cabrières - Bois des Coufines, Balcon /s le Gardon, Arches et Grottes	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.2 km - Déni.pos.: 273 m - Durée (Est.): 03h45' - Indice IBP: ■41■41■41		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 13h30', A/S 37.4 km (43 min.) - Coût A/R: 5€		06 19 71 90 63
jeudi, 23 octobre 2025	Tornac - Le Château d'Allègre - Chapelle Saint Saturnin - L'Argensol	Animateur
Rando Journée : Long de 17.2 km - Déni.pos.: 725 m - Durée (Est.): 06h22' - Indice IBP: ■74■74■74		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 32.8 km (35 min.) - Coût A/R: 4€		06 10 33 15 73
dimanche, 26 octobre 2025	Saint-Ambroix - Molières sur Cèze - Château de Montalet	Animateur
Rando Journée : Long de 14.7 km - Déni.pos.: 533 m - Durée (Est.): 05h26' - Indice IBP: ■62■62■62		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 08h30', A/S 64.5 km (56 min.) - Coût A/R: 8€		06 19 71 90 63
jeudi, 6 novembre 2025	Méjannes-le-Clap - Les Dolmens	Animateur
Rando Journée : Long de 13.7 km - Déni.pos.: 578 m - Durée (Est.): 05h04' - Indice IBP: ■65■65■65		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 08h30', A/S 63.0 km (01h00') - Coût A/R: 8€		06 20 67 15 75
dimanche, 9 novembre 2025	Sumène - Gorges du Rieutord	Animateur
Rando Journée : Long de 13.6 km - Déni.pos.: 1071 m - Durée (Est.): 05h02' - Indice IBP: ■98■98■98		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 08h00', A/S 51.0 km (49 min.) - Coût A/R: 6€		06 20 67 15 75
mardi, 11 novembre 2025	Saint-Gilles - Ecluse de St Gilles - Château et Marais d'Espéyan	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.5 km - Déni.pos.: 0 m - Durée (Est.): 03h53' - Indice IBP: ■26■26■26		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 13h00', A/S 33.1 km (33 min.) - Coût A/R: 4€		06 20 67 15 75
jeudi, 13 novembre 2025	Quissac - Quissac - Rive Droite	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 9.5 km - Déni.pos.: 90 m - Durée (Est.): 03h31' - Indice IBP: ■30■30■30		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 13h30', A/S 20.6 km (21 min.) - Coût A/R: 3€		06 19 71 90 63
dimanche, 16 novembre 2025	Orsan - Le Camps de César (inspiré du Gard à Pied No. 32)	Animateur
Rando Journée : Long de 19.7 km - Déni.pos.: 763 m - Durée (Est.): 07h18' - Indice IBP: ■78■78■78		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 08h30', A/S 72.3 km (57 min.) - Coût A/R: 9€		06 10 33 15 73



Programme Randonnée Automne 2025

jeudi, 20 novembre 2025	Aimargues - La Glacière	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.5 km - Déni.pos.: 1 m - Durée (Est.): 03h52' - Indice IBP: ■26■26■26		Jean-Claude
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 13h30', A/S 13.3 km (13 min.) - Coût A/R: 2€		06 84 65 53 93
dimanche, 23 novembre 2025	Logrian-Florian - Les Ruines du Castellas	Animateur
Rando Journée : Long de 15.0 km - Déni.pos.: 319 m - Durée (Est.): 05h33' - Indice IBP: ■46■46■46		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 26.9 km (25 min.) - Coût A/R: 3€		06 19 71 90 63
mardi, 25 novembre 2025	Saint-Geniès-de-Malgoirès - Les Serres	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 10.3 km - Déni.pos.: 245 m - Durée (Est.): 03h48' - Indice IBP: ■37■37■37		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 13h30', A/S 18.3 km (19 min.) - Coût A/R: 2€		06 19 71 90 63
jeudi, 27 novembre 2025	Aigues-Mortes - Porte du Vidourle	Animateur
Rando Journée : Long de 13.1 km - Déni.pos.: 7 m - Durée (Est.): 04h51' - Indice IBP: ■33■33■33		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 09h00', A/S 26.5 km (23 min.) - Coût A/R: 3€		06 10 33 15 73
dimanche, 30 novembre 2025	Congénies - La Fontaine du Coucou	Animateur
Rando Journée : Long de 15.7 km - Déni.pos.: 316 m - Durée (Est.): 05h48' - Indice IBP: ■49■49■49		Hélène
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 09h00', A/S 4.5 km (6 min.) - Coût A/R: 1€		06 29 38 03 22
jeudi, 4 décembre 2025	Saint-Chaptes - Les Roques - Mas de Pinet - Moulin de Baguet	Animateur
Rando Journée : Long de 13.1 km - Déni.pos.: 37 m - Durée (Est.): 04h50' - Indice IBP: ■34■34■34		André
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 09h00', A/S 24.0 km (22 min.) - Coût A/R: 3€		06 51 32 53 01
mardi, 9 décembre 2025	Caveirac - Mas d'Heyraud - Cros Laoura - Serre des Vallons	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 9.0 km - Déni.pos.: 180 m - Durée (Est.): 03h20' - Indice IBP: ■31■31■31		Daniel
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 13h00', A/S 9.1 km (10 min.) - Coût A/R: 1€		06 20 67 15 75
jeudi, 11 décembre 2025	Verfeuil - La Grande Croisière	Animateur
Rando Journée : Long de 14.4 km - Déni.pos.: 256 m - Durée (Est.): 05h20' - Indice IBP: ■44■44■44		Gérard
Covoiturage: Départ Parking de Souvignargues à 08h30', A/S 59.2 km (59 min.) - Coût A/R: 7€		06 19 71 90 63
dimanche, 14 décembre 2025	Murles - Champs de l'Hort	Animateur
Rando Journée : Long de 14.5 km - Déni.pos.: 514 m - Durée (Est.): 05h22' - Indice IBP: ■61■61■61		Géry
Covoiturage: Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 41.8 km (47 min.) - Coût A/R: 5€		06 10 33 15 73
jeudi, 18 décembre 2025	Uchaud - Serre de la Margue	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 11.8 km - Déni.pos.: 165 m - Durée (Est.): 04h23' - Indice IBP: ■35■35■35		Jean-Claude
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 13h30', A/S 7.3 km (9 min.) - Coût A/R: 1€		06 84 65 53 93
jeudi, 8 janvier 2026	Sommières - Gare de Sommières - Roc de Massereaux	Animateur
Rando ½ Journ.: Long de 8.1 km - Déni.pos.: 39 m - Durée (Est.): 03h00' - Indice IBP: ■24■24■24		André
Covoiturage: Départ Parking de Calvisson à 14h00', A/S 11.2 km (13 min.) - Coût A/R: 1€		06 51 32 53 01
samedi, 10 janvier 2026	Galette des Rois	

Les détails seront donné plus tard.



Programme Randonnée Automne 2025

mardi, 13 janvier 2026	Rouet - Château/Aven de Rouet - Dolmen - St Etienne de Gabriac	Animateur
Rando ½ Journ.:	Long de 9.7 km - Déni.pos.: 190 m - Durée (Est.): 03h34' - Indice IBP: ■31■31■31	Daniel
Covoiturage:	Départ Parking de Sommières à 13h00', A/S 31.6 km (35 min.) - Coût A/R: 4€	06 20 67 15 75
jeudi, 15 janvier 2026	Saint-Christol-lez-Alès - Le Serre d'Avène	Animateur
Rando ½ Journ.:	Long de 12.1 km - Déni.pos.: 266 m - Durée (Est.): 04h28' - Indice IBP: ■41■41■41	Gérard
Covoiturage:	Départ Parking de Souvignargues à 13h30', A/S 47.7 km (38 min.) - Coût A/R: 6€	06 19 71 90 63
dimanche, 18 janvier 2026	Saint-Jean-du-Gard - Le Signal Saint Pierre (Rf.Gard à Pied No. 11)	Animateur
Rando Journée :	Long de 15.6 km - Déni.pos.: 803 m - Durée (Est.): 05h47' - Indice IBP: ■77■77■77	Géry
Covoiturage:	Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 52.5 km (56 min.) - Coût A/R: 7€	06 10 33 15 73
jeudi, 22 janvier 2026	Le Cailar - Le Cul(te) du Taureau	Animateur
Rando ½ Journ.:	Long de 12.4 km - Déni.pos.: 35 m - Durée (Est.): 04h34' - Indice IBP: ■33■33■33	Jean-Claude
Covoiturage:	Départ Parking de Calvisson à 13h30', A/S 14.2 km (17 min.) - Coût A/R: 2€	06 84 65 53 93
dimanche, 25 janvier 2026	Saint-Clément-de-Rivière - Entre le Grand Patus et la Source du Lez	Animateur
Rando Journée :	Long de 13.2 km - Déni.pos.: 194 m - Durée (Est.): 04h53' - Indice IBP: ■37■37■37	Gérard
Covoiturage:	Départ Parking de Sommières à 09h00', A/S 30.9 km (33 min.) - Coût A/R: 4€	06 19 71 90 63
mardi, 27 janvier 2026	Moussac - Mas de Banière - Mas de Pinnet - Moulin de Baguet	Animateur
Rando ½ Journ.:	Long de 10.6 km - Déni.pos.: 80 m - Durée (Est.): 03h55' - Indice IBP: ■33■33■33	André
Covoiturage:	Départ Parking de Souvignargues à 14h00', A/S 26.0 km (24 min.) - Coût A/R: 3€	06 51 32 53 01
jeudi, 29 janvier 2026	Fournes - Tour de la Fosse	Animateur
Rando Journée :	Long de 13.8 km - Déni.pos.: 170 m - Durée (Est.): 05h06' - Indice IBP: ■39■39■39	Géry
Covoiturage:	Départ Parking de Calvisson à 09h00', A/S 45.3 km (38 min.) - Coût A/R: 6€	06 10 33 15 73

Notes:

- L'indice couleur de Grès Aventures (couleur du mot 'randonnée') est vert pour une randonnée de moins de 11 km avec un dénivelé cumulé positif inférieur à 300 m.
- L'indice couleur de Grès Aventures est bleu pour une randonnée de moins de 17 km avec un dénivelé cumulé positif inférieur à 500 m.
- Sinon l'indice couleur de Grès Aventures est rouge.

L'indice couleur de Grès Aventures ne tient pas compte de votre forme physique, du rythme de la randonnée ou des conditions météorologiques.



Programme Randonnée Automne 2025

L'indice IBP est calculé en analysant les distances parcourues pour chaque tronçon de pentes différentes (1%, 2%, 3%, 4%, etc...) en montée et en descente, les distances totales en montée et en descente, les ratios moyens de montée et de descente, les kilomètres en haute altitude et la distribution des pentes.

L'indice IBP ne tient pas compte de votre forme physique. En effet, un indice IBP de 60 sera un parcours très difficile pour une personne non entraînée, normal avec une préparation physique moyenne et très facile pour un randonneur chevronné.

L'indice couleur IBP est donné dans le programme ci-dessus de gauche à droite pour les personnes avec une préparation physique BASSE, MOYENNE et HAUTE. L'indice couleur IBP est

- Vert pour les randonnées très facile,
- Bleu pour les randonnées facile,
- Jaune orange pour les randonnées moyenne,
- Rouge pour les randonnées difficiles et
- Noir pour les randonnées très difficile.

Les niveaux de difficulté de la randonnée

- Pour les personnes avec une préparation physique TRES BASSE (c'est à dire sans entraînement physique, en besoin d'exercices ou qui deviendrait exténué après un parcours de plus de 6-7 km)

- Et pour les personnes avec une préparations physique TRES HAUTE (Personne avec entraînement intensif) ne sont pas donnés dans le Programme ci-dessus.

La distribution des difficultés d'itinéraire en fonction des différentes préparations physiques est donnée dans le tableau suivant:

	Préparation physique					Difficulté itinéraire
	Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile