



Fête ses 10 ans

25 au 31 mars 2019

Du lundi au vendredi à L'office du tourisme de Laroque :

Exposition photos

Mardi 26 au départ du FAC et autour de Laroque

Randonnées différents niveaux

13h30 Facile : Villeclare Ste Colombe 3h

13h30 Moyenne : Laroque Sorède 3h 250m

13h15 Sportive : Les 2 fontaines 3h30 400m

Mercredi 27 à 18h Conférence salle cami Clos

L'Albera : Limite et Passages

Par: Martine Camiade et Jean Pierre Lacombe Massot

Jeudi 28 au départ du FAC et autour de Laroque

Randonnées différents niveaux

8h30 Sportive rythme modéré Le Pic Néoulous

8h30 Sportive rythme soutenu Roc Grevol Pic d'Oreilla

8h30 facile au départ du col de l'Ouillat Pic d'Oreilla

Repas tiré du sac en commun au col de l'Ouillat

Vendredi 29 à 18H Conférence salle Cami Clos

Diététique et Nutrition

alimentation et randonnée

Par : Jean-michel Bourdarias Diététicien-Nutritionniste

Samedi 30 Rando Tonic

Dimanche 31 Rando avec les catalans du sud et repas de cohésion