

De la farine au moulin,
des fleurs sur les sentiers !

DIMANCHE 25 JUIN

2 randonnées de 8 et 19 km en Barguillère

Cette année nous proposons un rendez-vous commun pour un choix de 2 randonnées avec une inscription commune sur la place du village (église, mairie) de 09000 – BENAC, à 8 km de FOIX.

Les **2 itinéraires** passent par le **Moulin de la Laurède**, ouvert à la visite et qui fait de la farine pour l'occasion. Les itinéraires sont sans difficultés particulières et seront balisés.

Le circuit de **8 km** est **accessible à tous**, et tout particulièrement aux familles.

Celui de **19 km** est destiné aux randonneurs réguliers et **confirmés**.

RANDONNÉE LONGUE (19 km, 810 m de dénivelé) :

Vers Lapouje, le Moulas, Garbet, Cautirac, Garrigot, le Moulin de la Laurède (visite, farine, animation musicale), Matthieu, Moulins de Philip et de Marchandis, Burret (apéritif offert, petit concert, repas tiré du sac), Marchandis, Le Poulsieu, Cautirac, Le Moulas, Bénac.

RANDONNÉE COURTE (8 km, 550 m de dénivelé) :

Les randonneurs iront en voiture (fléchage en place) jusqu'à Naudou – BURRET puis : Marchandis, Garrigot, le Moulin de la Laurède (visite, animation musicale), Matthieu, Marchandis, Burret (apéritif offert, petit concert, repas tiré du sac).

Départ et arrivée

09000 BENAC Place du village (église, mairie)

Inscriptions à partir de 7h30 et départ de 8h à 9h.

Pour la randonnée longue, les randonneurs partiront à pied dès leur inscription faite. Fléchage.

Pour la randonnée courte, les randonneurs iront en voiture (fléchage en place) jusqu'à Naudou – BURRET. Apéritif, pique-nique et animation musicale pour tous les randonneurs à BURRET à partir de 12h30 avec abri en cas de météo défavorable.

La randonnée courte s'arrête à BURRET. Les participants de la randonnée longue continueront après le concert jusqu'à BENAC. Arrivée prévue entre 16 et 17h.

Participation

Ouverte sans limite d'âge, les enfants de moins de 10 ans devant être accompagnés.

La licence de participation FFSP est délivrée au départ contre une cotisation de participation sans souvenir de 3 €. Portant les timbres de contrôle, elle donne droit aux tampons IVV sur les carnets internationaux disponibles au retour.

Aux contrôles, il sera visé une carte par marcheur.

Participation gratuite pour les enfants de moins de 16 ans.

Restauration

- ▶ Sur le parcours, gratuite : boissons et gâteaux secs.
- ▶ Pique-nique : apéritif offert, repas tiré du sac. Abri en cas de pluie.

Animation

- ▶ Animation musicale au Moulin de la Laurède avec Kardaline et à BURRET avec El Gato sur la cerise.
(à l'abri en cas de météo défavorable)

Récompenses

- ▶ Au groupe de randonneurs le plus nombreux.
- ▶ A la famille la mieux représentée (grands-parents, parents, enfants et petits-enfants).
- ▶ Au randonneur(se) le(a) plus âgé(e).

Secourisme et Urgences

- ▶ Les premiers secours sont assurés par des secouristes bénévoles
- ▶ Urgence : 112

Assurance

- ▶ La FFSP est garantie en R.C. auprès de la MAIF. L'inscription à la manifestation vaut déclaration de bonne santé.

Renseignements et inscriptions

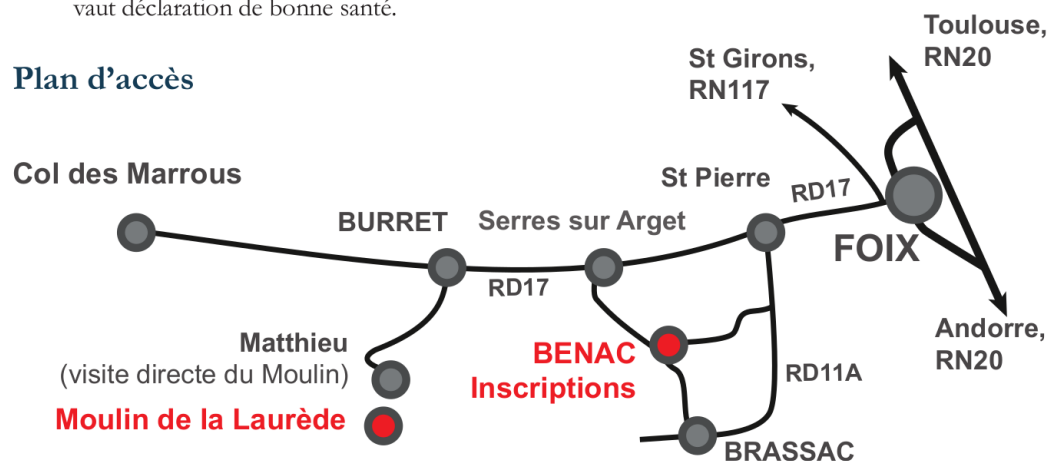
- ▶ Association Moulin de la Laurède, Mairie, 09000 BURRET
- ▶ Colette et Jean-Paul Denier, 05 61 73 13 85, 06 86 30 62 42
- ▶ Danielle et Jean-Pierre Villeneuve, 05 61 65 21 53
- ▶ Jean-Louis Rouch, 05 61 65 32 38

Une visite directe du Moulin de la Laurède (1,6 km A-R) est possible de 10 à 12h à partir de Matthieu par BURRET (voir plan).

La marche aura lieu quelles que soient les conditions météorologiques, sauf en cas d'arrêté préfectoral ou municipal.

En cas de non-participation, aucun remboursement ne peut être demandé. Il est vivement recommandé de ne pas quitter les chemins et sentiers fléchés. Les chiens doivent être tenus en laisse. Il est formellement interdit de fumer en forêt, d'y faire du feu ou d'y jeter des déchets, papiers ou gobelets. En cas d'infraction à ces règles, la responsabilité des contrevenants sera engagée.

Plan d'accès



Une fiche descriptive de l'itinéraire choisi sera remise aux participants.