

dimanche 27 septembre

2009

# LES RANDONVALES

Ayguésives



Ayguésives

Bazège

Belbèze-de-Lauragais

Corronsac

Castanet-Tolosan

Deyme

Donneville

Fourquevaux

Mervilla

Montbrun-Lauragais

Montgiscard

Montlaur

Pechabou

Pechbusque

Pompertuzat

Rebigue

Vieille-Toulouse

Vigoulet-Auzil

## Lumières d'Autan

Randonnées animées



Renseignements :  
05 62 24 28 51  
[www.sicoval.fr](http://www.sicoval.fr)



2009

## Côté rando.

### Le matin pour tout public

#### • 3 circuits pédestres :

- grande boucle, 21 km
- moyenne boucle, 12 km
- boucle famille, 5 km

Accueil et inscriptions : à partir de 7h30

Départs échelonnés :

de 8h à 8h30 : grande boucle

de 9h à 10h : moyenne boucle

de 9h30 à 10h30 : boucle famille

Animation pour les enfants sur la boucle famille

#### • 4 circuits VTT :

- grande boucle, 63 km (1450 m D+)
- moyenne boucle, 42 km (900 m D+)
- petite boucle, 24 km (350 m D+)
- boucle famille, 15 km (120 m D+)

Accueil et inscriptions : à partir de 7h30

Départs échelonnés : de 8h à 9h30

#### • 2 circuits Hand Bike :

- grande boucle, 23 km
- petite boucle, 18 km

Accueil et inscriptions : à partir de 7h30

Départs : à 9h

#### • 1 circuit équestre :

Accueil : à partir de 9h devant l'église de Montlaur

Départ : à 10h

Niveau galop 5 obligatoire

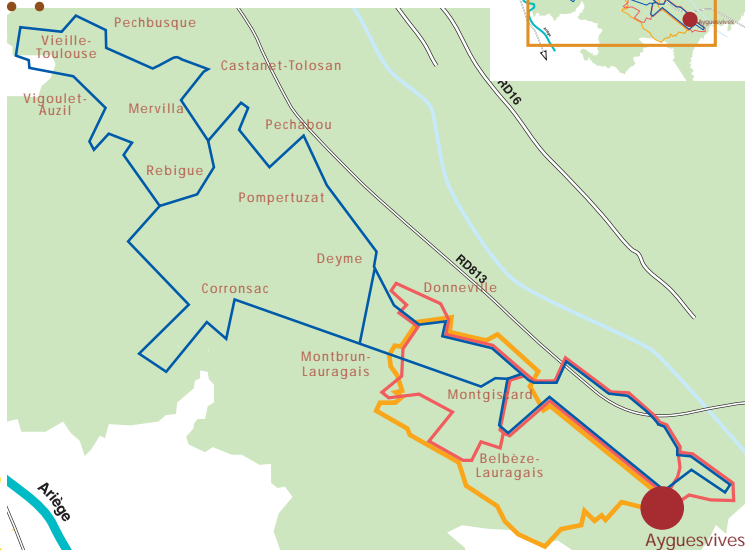
Réservé aux cavaliers disposant de la licence FFE 2008/2009 (limité à 20 cavaliers)

Renseignements et pré-inscription au 05 34 66 15 24

#### • Pause-déjeuner :

Parc municipal d'Ayguesvives

Repas tiré du sac



## Côté fête...

### Après-midi festif et musical pour petits et grands :

stands, expositions, ateliers ludiques et créatifs, grimpe dans les arbres, circuit buggy brousse, promenades en poneys, spectacle équestre, animation musicale...

## Une manifestation éco-citoyenne

### Participez avec nous !

- Pensez au covoiturage pour vous rendre aux Randoales
- Optez pour un pique-nique « zéro déchet »
- Triez vos déchets :
  - des containers de tri et composteurs seront à votre disposition sur le site
  - des gobelets compostables seront distribués à la buvette et sur les points de ravitaillement

Pour plus de renseignements : [www.sicoval.fr](http://www.sicoval.fr)