| jour | quantieme | activité | Lieu de départ _ Intitulé de l'activité | code postal | Départ Calvisson | approche (km) | dénivelé (m) | parcours (km) | guide | difficulté | observations |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| mardi | 23-avr.-19 | rando | ANDUZE - LACAN | 30140 | 8h30 | 45 | 414 | 13 | A/DC | 2+ | Château de Tornac |
| jeudi | 25-avr.-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 26-avr.-19 | rando | UCHAUD | 30260 | 9H30 | 8 | 110 | 9,5 | A/DC | 1 | BOISSIERES |
| mardi | 30-avr.-19 | rando | CAZILHAC (près de Ganges) | 34190 | 8H30 | 50 | 500 | 15,5 | JG | 2+ | LES NORIAS |
| jeudi | 2-mai-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 3-mai-19 | rando | COMPS | 30300 | 9H30 | 44 | 70 | 9 | A/DC | 1 | JONQUIERES SAINT VINCENT (la source de Tavie) |
| mardi | 7-mai-19 | rando | COMBE Le sentier de la Sabranenque | 30220 | 8H30 | 81 | 565 | 19 | JPB | 3 | villages pittoresques , sous-bois |
| jeudi | 9-mai-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 10-mai-19 | rando | BEZIERS (visite guidée) | 34500 | 8h | 110 | - | - | RD | 1+ | visite guidée BEZIERS + déjeuner restaurant |
| mardi | 14-mai-19 | rando | GORDES | 84220 | 8H00 | 105 | 550 | 15 | JCG | 2+ | |
| jeudi | 16-mai-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 17-mai-19 | rando | LUSSAN Le pont de Perret | 30580 | 9h30 | 63 | 90 | 12 | JPB | 1 | paysage varié de plaine, garrigue,bois et nombreux ruisseaux |
| vendredi | 17-mai-19 | vélo | REPORTE AU 31 MAI | | | | | | J.M. B | | |
| mardi | 21-mai-19 | rando | journée sportive interclubs à MILHAUD | 30540 | | | | | | | organisée par le Coders 30 - programme communiqué en mars 2019 |
| jeudi | 23-mai-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 24-mai-19 | rando | MONS (à l'est d'Alès) 215 oppidum vieille cité | 30340 | 9h30 | 52 | 250 | 10 | jmo | 1 | départ MONS (proche d'Alès) |
| vendredi | 24-mai-19 | marche nord | Grand rassemblement Marche nordique organisé par le Coders 30 | | | | | | | | programme comminiqué par le Coders 30 |
| mardi | 28-mai-19 | rando | ST LAURENT LE MINIER 117 pic d'anjeau | 30440 | 8h30 | 60 | 770 | 14 | jmo | 2+ | départ cascades st laurent le minier |
| jeudi | 30-mai-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 31-mai-19 | vélo | à définir | | | | | | JMB | | |
| vendredi | 31-mai-19 | rando | LAROQUE (près de Ganges) | 34190 | 9H | 54 | 200 | 8 | C.L | 1+ | village médiéval |
| mardi | 4-juin-19 | rando | AUMESSAS | 30770 | 8H00 | 85 | 700 | 13,7 | Marie D | 2+ | Col de Mouzoulès |
| jeudi | 6-juin-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 7-juin-19 | rando | DURFORT 194 chemin de bacchus | 30170 | 9h30 | 38 | 210 | 11 | jmo | 1 | départ cave viticole de Durfort |
| mardi | 11-juin-19 | rando | Pied de cote D 907 225 signal saint pierre | 30270 | 8h30 | 62 | 670 | 14,5 | jmo | 2+ | départ pied de cote D907 (parking à 5 km à l'ouest de St Jean du Gar |
| jeudi | 13-juin-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 14-juin-19 | rando | VAUVERT | 30600 | 9H30 | 16 | 120 | 9,6 | A/DC | 1 | SUR LE CHEMIN DE SAINT JACQUES |
| mardi | 18-juin-19 | rando | ROBION | 84440 | 8H00 | 95 | 700 | 15,5 | JCG | 3 | |
| jeudi | 20-juin-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 21-juin-19 | rando | MONTMIRAT | 30260 | 8H30 | 20 | 340 | 7 | C.L | 1 | visite village |
| vendredi | 21-juin-19 | vélo | à définir | | | | | | J.M. B | | |
| mardi | 25-juin-19 | rando | PONT D'HERAULT | 30440 | 8H30 | 65 | 610 | 15 | A/DC | 3 | PAUSETTES |
| jeudi | 27-juin-19 | marche nord | | | | | | | M. DURAND | | |
| vendredi | 28-juin-19 | rando | REPAS FIN SAISON VILLA VICHA | | | | | | JPB | | |

| | |
|---|---|
| J.P BASTARD | 06 75 79 20 25 |
| J.M. BIEGUN | 06 95 32 65 93 |
| D/A CHIARADIA | 06 61 95 15 54 |
| R.DAYNAC | 06 60 92 13 35 |
| M.DENICOU | 06 88 18 78 22 |
| M.DURAND | 06 72 98 07 67 |
| J.GUIRAUDOU | 06 75 35 65 18 |
| JC.GUINET | 04 66 04 12 35 |
| C. LETELLIER | 06 23 89 43 60 |
| J.MONNERET | 04 66 80 26 95 |
| M. VALENTIN | 04 66 01 39 31 |
| MC. WIND | 06 13 29 79 88 |

| Difficulté |
|---|
| 1 ou 1+ pour tous |
| 2 ou 2+ dénivelé ou km en plus |
| 3 ou 3+ ensemble plus sportif |

Marche nordique: pour connaître le l'horaire et le lieu de départ
consulter le site " VSL rubrique marche nordique " la veille