

Section Randonnée Pédestre

Randonnées du mois de mars 2026 , avril 2026 , mai 2026 , juin 2026



<http://marmande.asptt.com/activity/randonnee-pedestre/>

Responsable de Section
Mr Jean François BACOGNE : 06 81 62 80 71
j-fb24@wanadoo.fr

Autres responsables de section :
Patrick Cheyron 06 81 50 24 70 et Eric Daunis 06 84 81 03 02

Informations utiles

Points de rendez vous des randonnées :

Randos des Lundi, Jeudi, Dimanche : Parking ASPTT à Carpète.

Rando Douce: Parking Edouard Herriot (Avenue Maréchal Foch)

Marche Nordique : Parking ASPTT ou Lac de Beaupuy selon la destination.

Covoiturage: Participation aux frais : 0,50€ tous les 10 km.

Nous vous rappelons que les personnes qui ne vont pas aux points de rendez vous indiqués doivent se renseigner auprès des responsables pour connaître le point de départ de la rando.

D'autre part il n'y a aucune obligation pour les responsables de la rando d'apporter des gâteaux ou autres.

Marche Nordique : initiation tous les jours du lundi au vendredi.

Prendre rendez vous avec :

Jean Paul Clauzet 06 23 55 09 41

Ou

Annick Betbéder 06 77 00 61 94

Date du prochain calendrier :

Vendredi 24 avril 2026

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 1 Mars 2026	8h30	15	2,00 €	Grateloup Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Besnard Gilles 07 88 69 06 53
Lundi 2 Mars 2026	13h30	7	2,50 €	Tombeboeuf	Bordes Michel 06 52 60 21 17 Bordes Aline 06 62 05 59 59
Mardi 3 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	St Avit Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 4 Mars 2026	13h45	5	1,00 €	Virazeil Rando Douce Parking Edouard Herriot	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 5 Mars 2026	13h30	12,5	2,50 €	La Reunion	Lambert Christian 06 63 67 76 63 Geffroy Marie françoise 06 87 31 48 87
Samedi 7 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	Beaupuy Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 8 Mars 2026	8h00	3 ou 8 ou 15 km		Marmande – Madeleine Fête des Tulipes Renseignements Ultérieurs	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37 De Nadai Marie-Christine 07 82 17 56 42
Lundi 9 Mars 2026	13h30	9	2,50 €	Villebramar	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 10 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	SO Vélo Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	De Nadai Aline 06 75 02 92 27
Mercredi 11 Mars 2026	13h45	5	1,50 €	Meilhan Sur Garonne Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 12 Mars 2026	13h30	11	1,00 €	Ste Bazeille	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97 Vialaret Christine 07 81 90 58 00
Samedi 14 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	La Filhole Marche Nordique Départ ASPTT	Betbeder Annick 06 77 00 61 94

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Samedi 14 Mars 2026	14h			Sport Donne des Elles La Filhole Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean François 06 81 62 80 71
Dimanche 15 Mars 2026	9h	12	4,00 €	Fregimont	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Bernou-Mazars Annie 06 72 42 68 77
Lundi 16 Mars 2026	13h30	8	2,00 €	Miramont Saut du Loup	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33 Laliman Guy 06 87 61 36 19
Mardi 17 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33
Mercredi 18 Mars 2026	13h45	5	1,50 €	Jusix Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 19 Mars 2026	13h30	12	1,50 €	Le Mas D'Agenais (Forêt)	Buty Francis 06 51 59 25 61 Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Samedi 21 Mars 2026	13h30	8	1,00 €	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Morlot Marylin 06 33 86 09 74
Lundi 23 Mars 2026	13h30	9	2,00 €	Grezet Cavagnan	De Nadai Aline 06 75 02 92 27 Roche Maryvonne 06 62 91 15 52
Mardi 24 Mars 2026	13h30	8	2,50 €	Casteljaloux Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Cheyron Patrick 06 81 50 24 70
Mercredi 25 Mars 2026	13h45	5	1,00 €	So vélo Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 26 Mars 2026	13h30	12	4,00 €	Xaintrailles	Corbiere Gérard 06 17 36 40 94 Alain Tristani 06 74 19 27 88
Samedi 28 Mars 2026	13h30	8	2,00 €	Cocumont Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 29 Mars 2026				Marmande Bike and Run	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 30 Mars 2026	13h30	8,5	2,00 €	Miramont Saut du Loup	Roche Maryvonne 06 62 91 15 52 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 31 Mars 2026	13h30	8	3,00 €	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 1 Avril 2026	13h45	5	1,00 €	La Filhole Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 2 Avril 2026	13h30	12	1,50 €	St Martin Petit	Daunis Eric 06 84 81 03 02 Moret Marie 06 71 86 81 35
Samedi 4 Avril 2026	13h30	9	1,00 €	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Mardi 7 Avril 2026	13h30	8	1,00 €	Ste Bazeille Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Vialaret Jean-Claude 06 15 26 04 97
Mercredi 8 Avril 2026	13h45	5	1,50 €	Le Mas D'Agenais(Forêt) Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 9 Avril 2026	13h30	11	3,50 €	Monclar Lac de Magre	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Zanese Josiane 07 78 64 01 13
Samedi 11 Avril 2026	13h30	8	2,00 €	St Michel De Lapujade(33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 12 Avril 2026			2,50 €	St Hilaire De La Noaille(33) Escapades avec le RHEM renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 13 Avril 2026	13h30	7	1,50 €	Le Mas D'Agenais	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Christine Huon 06 49 29 99 16

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mardi 14 Avril 2026	13h30	8	1,00 €	St Pardoux Du Breuil Marche Nordique Départ ASPTT	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 15 Avril 2026	13h45	5	1,00 €	Gaujac Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 16 Avril 2026	13h30	10,5	2,00 €	Ste Gemme Martailac	Condom Alain 06 86 51 23 98 Condom Marie-Paule 06 86 51 23 98
Samedi 18 Avril 2026	13h30	8	1,50 €	Mongauzy (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 19 Avril 2026	8h30	15	3,00 €	Eymet (24)– St Jean de Duras Chemin d'Amadour. Pique nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Zardo Martine 06 19 24 81 63
Lundi 20 Avril 2026	13h30	8	1,00 €	Marcellus	Dubouilh Irène 06 09 21 51 05 Mansicot Line 06 74 75 18 07
Mardi 21 Avril 2026	13h30	9	1,00 €	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 22 Avril 2026	13h45	5	1,00 €	Couthures Sur Garonne Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 23 Avril 2026	13h30	12	3,50 €	Fargues Sur Ourbise	Mourlan Bernard 06 73 65 42 66 Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59
Samedi 25 Avril 2026	13h30	8	1,50 €	Caumont Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Dimanche 26 Avril 2026				Fumel 47 du 47 organisé par le CDRP. Renseignements ultérieurs	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 27 Avril 2026	13h30	8,5	3,50 €	St Sardos	Labardin Isabelle 06 73 39 11 98 Tilhac Claudine 06 76 78 09 08

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mardi 28 Avril 2026	13h30	8	1,00 €	Mauvezin Sur Gupie Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 29 Avril 2026	13h45	5	1,00 €	Taillebourg Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Pouvereau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 30 Avril 2026	13h30	14	1,00 €	Escassefort	Corbiere Gérard 06 17 36 40 94 Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Dimanche 3 Mai 2026	8h30	15	6,00 €	St Etienne De Villereal Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Alain Tristani 06 74 19 27 88
Lundi 4 Mai 2026	13h30	8,5	1,50 €	Hautesvignes	Zanese Alain 06 73 39 75 77 Constans Françoise 06 22 08 24 13
Mardi 5 Mai 2026	13h30	8	1,50 €	Peyriere Marche Nordique Départ ASPTT	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33
Mercredi 6 Mai 2026	13h45	5	1,50 €	Lagruere Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 7 Mai 2026	13h30	12	3,00 €	Eymet (24)	Laliman Evelyne 06 71 50 03 33 Laliman Guy 06 87 61 36 19
Samedi 9 Mai 2026	13h30	8	1,00 €	Ste Bazeille Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Dimanche 10 Mai 2026	8h	10	8,00 €	Condom (32) Fête des Bandas. Renseignements ultérieurs	Daunis Eric 06 84 81 03 02 Moret Marie 06 71 86 81 35
Lundi 11 Mai 2026	13h30	9,5	4,00 €	Ambrus	Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59 Mourlan Bernard 06 73 65 42 66
Mardi 12 Mai 2026	13h30	8	1,50 €	Lamothe Landerron (33) Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mercredi 13 Mai 2026	13h45	5	2,50 €	Monsegur (33) Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Samedi 16 Mai 2026	13h30	8	1,00 €	Beyssac château d'eau Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Claveries Sylvie 06 76 46 43 07
Lundi 18 Mai 2026	13h30	8	1,50 €	Caumont Sur Garonne	De Parscau Olivier 06 25 35 60 84 Dupuy Marie-Josée 06 38 11 09 21
Mardi 19 Mai 2026	13h30	8	1,00 €	Gaujac Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Cheyron Patrick 06 81 50 24 70
Mercredi 20 Mai 2026	13h45	5	1,00 €	Ste Bazeille Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 21 Mai 2026	13h30	12	3,00 €	Lauzun	Cheyron Patrick 06 81 50 24 70 Cadis Alain 06 73 48 88 09
Samedi 23 Mai 2026				St Eutrope De Born Les 3 joiurs des Bastides 23,24 et 25 mai	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Dimanche 24 Mai 2026	8h30	15	7,50 €	Molieres (24) Pique-Nique tiré du sac	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71 Besnard Gilles 07 88 69 06 53
Mardi 26 Mai 2026	13h30	8	1,50 €	Caumont Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 27 Mai 2026	13h45	5	1,00 €	Le Canal Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 28 Mai 2026	13h30	13	2,00 €	Cocumont – Goutz	Zanette Léo 06 07 87 51 60 Dubouilh Irène 06 09 21 51 05
Samedi 30 Mai 2026			1,00 €	Virazeil 45ème AG de l'ASPTT Marmande	Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Dimanche 31 Mai 2026	8h	20	8,00 €	Astaffort Pique-Nique tiré du sac	Besnard Gilles 07 88 69 06 53 Bacogne Jean-François 06 81 62 80 71
Lundi 1 Juin 2026	13h30	8	3,50 €	Port Ste Marie – Mazères	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Lamarque Maryse 06 23 79 52 33
Mardi 2 Juin 2026	13h30	8	1,00 €	Beyssac château d'eau Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 3 Juin 2026	13h45	5	1,00 €	Fourques Sur Garonne Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Jeudi 4 Juin 2026	8h30	12	3,00 €	Laparade Pique-Nique tiré du sac	Cadis Alain 06 73 48 88 09 Lambert Christian 06 63 67 76 63
Samedi 6 Juin 2026	13h30	8	2,00 €	Cocumont Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Betbeder Annick 06 77 00 61 94
Du Lundi 8 au Dimanche 14 Juin 2026				Sortie Haute Loire	Bacogne Jean François 06 81 62 80 71
Lundi 8 uin 2026	13h30	7	2,00 €	St Sauveur De Meilhan	Cardoit Janine 06 80 71 53 26 Lorenzato Michele 06 83 12 88 01
Mercredi 10 Juin 2026	13h45	5	2,50 €	Senestis Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37
Jeudi 11 Juin 2026	13h30	12	4,00 €	Houeilles	Corbiere Gérard 06 17 36 40 94 Dominique Meynadier 06 23 03 12 68
Samedi 13 Juin 2026	13h30	5	1,00 €	Mauvezin Sur Gupie Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Lundi 15 Juin 2026	13h30	8	1,00 €	Fourques Sur Garonne	Lorenzato Michele 06 83 12 88 01 Tilhac Claudine 06 76 78 09 08

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mardi 16 Juin 2026	13h30	8	1,00 €	St Avit Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Borderie Patricia 06 30 63 79 67
Mercredi 17 Juin 2026	13h45	5	2,50 €	Casteljaloux Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Buty Danielle 06 99 15 73 11
Jeudi 18 Juin 2026	13h30	13,5	3,50 €	Quittimont (Lacépède)	Mourlan Bernard 06 73 65 42 66 Tilhac Jean Pierre 06 30 81 58 59
Samedi 20 Juin 2026				Bordeaux GR Métropolitain Renseignements ultérieurs	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37
Dimanche 21 Juin 2026				Bordeaux GR Métropolitain Renseignements ultérieurs	Dupouy Francine 06 77 20 92 94 Pouvreau Claudine 06 18 11 09 37
Lundi 22 Juin 2026	13h30	8	1,50 €	Le Mas D'Agenais (Forêt)	Buty Francis 06 51 59 25 61 Pouvreau Francis 07 83 76 01 78
Mardi 23 Juin 2026	13h30	8	1,00 €	Fourques Sur Garonne Marche Nordique Départ Lac de Beaupuy	Le Liboux Jocelyne 06 47 93 86 45
Mercredi 24 Juin 2026	13h45	5	1,00 €	St Pardoux Du Breuil Rando Douce Départ Parking Edouard Herriot	Motron Pierre 06 25 62 33 72
Jeudi 25 Juin 2026	8h30	12	3,00 €	Grignols (33) Pique-Nique tiré du sac	Bonnet Bernard 06 76 52 99 87 Zanette Léo 06 07 87 51 60
Samedi 27 Juin 2026	13h30	8	1,50 €	Seyches Marche Nordique Départ ASPTT	Benetrix Jean-Claude 06 21 03 92 14
Dimanche 28 Juin 2026	9h	10	3,00 €	Saint Sernin de Duras Pique-Nique tiré du sac	Dupuy Liliane 06 37 41 91 32 Bernou-Mazars Annie 06 72 42 68 77
Lundi 29 Juin 2026	13h30	6	2,50 €	Puch D'Agenais	Campan Serge 06 08 11 03 40 Campan Josiane 06 45 13 13 77

Randonnées du mois de mars , avril , mai , juin

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
Mardi 30 Juin 2026	13h30	8	3,00 €	Lac de Lescouroux Marche Nordique Départ ASPTT	Dupouy Francine 06 77 20 92 94
Mercredi 1 ^{er} Juillet 2026	9h		2,50 €	Clairac Journée Conviviale. Renseignements ultérieurs	Betbeder Annick 06 77 00 61 94

Le Sport donne des Elles

Randonnées le Samedi 14 mars à 14h à La Filhole



Sur une initiative de l'ASPTT Fédération Omnisports, les femmes sont à l'honneur !

L'ASPTT Marmande

ouvre ses portes à toutes les femmes.
Parce que le sport, c'est avant tout dans les clubs, venez découvrir et vous initier à de nombreuses activités sportives.
Les séances sont encadrées par des animateurs diplômés.

ACTIVITÉS PROPOSÉES

Randonnée pédestre et Marche Nordique puis initiation au Mölkky
Samedi 14 Mars à 14h
à la plaine de la Filhole

Initiation au flamenco
Samedi 21 Mars à 10h et à
à l'ASPTT MARMANDE 573 rue Jean Mermoz 47200 Marmande

Challenge entreprise de volley-ball
Mercredi 25 Mars de 18h à 20h
au gymnase Jacques Martinot 47200 Marmande

Tournoi de tennis appelé "Demoiselles en Jeu" pour débutantes et confirmée
Dimanche 29 Mars à 10h
au complexe C. Cillières, rue Jean Mermoz 47200 Marmande

Date	Départ	Km	Cov	Lieu	Responsable
------	--------	----	-----	------	-------------

EVENEMENTS A VENIR

**Le samedi 4 juillet nous sommes tous invités au mariage de nos
Amis Michel Marescq et Frédéric Chesneau**

• Visite du champ de tulipes • Randonnée (3 circuits) •
• **Repas sur réservation** • Buvette •
• Exposition des artisans du quartier •
• Troc de plantes et graines • Animations pour enfants •
• Inauguration officielle des parcours «Rando Coteaux » •

Dimanche 8 Mars 2026

Maison de Quartier de Magdeleine dès 8h
Organisé par les habitants du quartier avec la Ville de Marmande

