



# CARAMAN RANDONNEES LOISIRS

Association loi 1901

Siège Social Mairie de 31460 CARAMAN

Site Internet : <http://crlrando.fr>

N° 3 201 21 / Préfecture Haute-Garonne - N°3609 / FFRP - Agrt FFRP / 75 S 52  
Décl. N° 03102 ET 0036 / DRDJS - Agrt. N° 31 AS 1095/DRDJS  
Répert. SIRET 448 064 600 00019 - Code APE / NAF 926 C

**Randonnée du 19-05-2026 : La prise d'Alzeau** : Source de la rigole de la Montagne noire, située dans la forêt domaniale de la montagne noire (Bois d'Abadié et de Ramondens avec un chemin d'exploitation de 400 m d'ornières) . Barrage La Galaube et cheminement rive (droite) de l'Alzeau .

**NIVEAU** : 1

**TEMPS DE MARCHE** : 4 heures et 30 minutes

**DISTANCE** : 13 kilomètres

**DENIVELÉ +** : 210 mètres

**DÉPART** : 8 h 15 parking du centre culturel Saint-Exupéry à Caraman

**DÉPART DE LA RANDO** : 9 h 30 Parking du barrage du bassin de St Denis

**RETOUR** : vers 17 h à Caraman

**RENSEIGNEMENTS** : Philippe 06.14.31.59.88

**COVOITURAGE** : Proposition de prix : 6 € (100 km x 0.06€/km)

## ITINÉRAIRE

Caraman, D1 Revel, D629 Saissac , D103 Saint Denis , D8 D308

Parking du barrage du bassin de St Denis (31 E 0436250 N 4802710) Alt 600 m

Carte 1 / 25 000 ème , 2344 OT Montagne noire (ouest)

**Cette randonnée ne se fera que si la météorologie le permet.**

