



**Jeudi 30 avril 2026, Sortie Journée en Co-voiturage
pour la Rando douce, Conviviale et Dynamique
à destination Monflanquin**



Lieu de rendez-vous pour le covoiturage : **Parking Super U Marmande**

Horaire de départ : **8h00**

Montant dédommagement co-voiturage : 4€50 (minimum)

Organisation :

On constituera 2 groupes :

- Groupe 1 Rando Douce & Conviviale
- Groupe 2 Rando Dynamique

Les Rando Douce & Conviviale d'une part et la Rando Dynamique d'autre part ne se rendent pas au même point de départ donc pas de covoiturage mixte en revanche ils se retrouveront au même endroit pour le pique-nique du midi.

Programme Rando Douce & Conviviale :

- **Matin :** Arrivée au parking du lac de Coulon à Monflanquin puis marche en boucle de 7,7 km avec en final traversée de la Bastide (jour de marché)
- **Midi :** pique-nique au lac de Coulon (le pique-nique reste dans les voitures des « Rando Douce »)
- **Après-midi :**
 - Rando Conviviale marche 7 km en boucle vers Teyrac
 - Rando Douce visite de la Bastide en quartier libre
- **Fin d'après-Midi :** Goûter en commun avec tous les groupes au Lac de Coulon.

Programme Rando Dynamique :

- **Matin :** parking sur la place de l'église de Corconat puis marche linéaire de 9,5 km vers le lac de Coulon à Monflanquin.
- **Midi :** pique-nique au lac de Coulon (le pique-nique dans le sac à dos ou dans un sac glacière dans une voiture des randos douce & conviviale)
- **Après-midi :** marche linéaire de 9 km retour vers de l'église de Corconat.
- **Fin d'après-Midi :** Rejoindre le Lac de Coulon en voiture pour le goûter en commun.
-