

Mail : randotourves@gmail.com
Site Internet : www.randotourves.fr



(Association affiliée à la FFRP Adhérent N° 06265)

Programme du 1^{er} trimestre de la saison 2019/2020 (septembre-octobre-novembre-décembre)

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
dimanche	22-sept.	8h30	CASSIS	La soubeyrane	4H30	14	450	MOYENNE	Gerard	2.00 €
dimanche	6-oct.	8h30	ALLAUCH	Le Pichauris	5H00	13	550	MOYENNE	Jean Yves	2.00 €
dimanche	20-oct.	8h30	Vauvenargues	le petit sambuc	5H00	15	520	MOYENNE	Paul	3.00 €
dimanche	3-nov.	8h30	Tourtour	Le plateau	5H00	14	500	MOYENNE	Richard	4.00 €
dimanche	17-nov.	8h30	Le revest les eaux	Le mont Caume	6H00	14	720	Difficile	Evelyne	3.00 €
dimanche	1-déc.	8h30	Plan d'aups	entre la Lare et Bertagne	6H00	16	800	Difficile	Louis	1.50 €
dimanche	15-déc.	8h30	Les calanques	Le vallon du chalabran	5H30	15	600	Difficile	Gerard	2.00 €

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
jeudi	19-Sep	08h30	Rians	la croix d'Artigues	4H30	13	400	MOYENNE	Paul	3.00 €
jeudi	3-Oct	08h30	Presqu'île de Giens	Commune de Hyeres	4H30	10	285	MOYENNE	Evelyne	4.00 €
jeudi	17-Oct	08h30	Gemenos	Parc de ST Pons	6H00	18	950	Difficile	Louis	3.00 €
jeudi	31-Oct	08h30	Belgentier	Belegentier-Montrieux	5H00	15	500	MOYENNE	Daniel	1.5 €
jeudi	14-Nov	08h30	Peyruis	Le plateau de Ganagobie	6H00	17	600	MOYENNE	Evelyne	6.50 €
jeudi	28-Nov	08h30	Tavernes	Hameau de Burry	5H00	14	700	Difficile	Richard	2.00 €
jeudi	12-Dec	08h30	Auriol	Les Encanaux	5H00	15	500	MOYENNE	Gerard	2.00 €

samedi	14-Sep	08h00	Tourves	Forum des associations						
samedi	14-Sep	18h00	Tourves	Assemblée Générale						
samedi	28-Sep		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Daddy et Evelyne	
mercredi	2-Oct		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Fabienne et Paul	
samedi	5-Oct		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Fabienne et Jean Yves	
dimanche	13-Oct		Aveyron	séjour à Nant voir infos sur le site					Gérard	

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
vendredi	20-Sep	10H00	Collobrières	la chartreuse de verne	4h30	10 km	100 m	facile	FABIENNE	4.00 €
vendredi	27-Sep	14H00	Le Cannet des Maures	Le tour de l'oppidum MEREN	3H00	7 km	250	facile	Evelyne	2.5
vendredi	4-Oct	10H00	Cotignac	le gai vallon	3H30	8.5	230	facile	DADDY	2.5
vendredi	11-Oct	10H00	Rians	Vallon des vacons	3H00	10	200	facile	Pierre	2.00 €
vendredi	18-Oct	14H00	Mazaugues	la glaciere de Pivaut	3H30	7	190	facile	DADDY	1.00 €
vendredi	25-Oct	13h30	gareoult	la bergerie du defens	3H00	7	260	facile	Evelyne	1.5€
vendredi	1-Nov	10H00	Puylobier	Autour du camp de la légion	3H00	7.5	200	facile	Pierre	2.00 €
vendredi	8-Nov	10H00	Artigues	La gare	3H00	10.5	180	facile	PAUL	2.00 €
vendredi	15-Nov	10H00	Gareoult	le vallon de Cavaillon	3H00	7.5	300	facile	Evelyne	1.5 €
vendredi	22-Nov	13H30	Cabasse	Le lac et les chutes du Caramy	3H30	9	250	facile	DADDY	2.00 €
vendredi	29-Nov	13H30	Ollieres	L'abbaye de ST Hilaire	3H00	10	150	facile	DADDY	1.00 €
vendredi	6-Dec	10H00	Barjols	les marreliers	5h00	8 km	200 m	facile	FABIENNE	2.00 €
vendredi	13-Dec	13H30	Tourves	Le Billardier château Lafoux	3H00	6.5	110	facile	Pierre	0.00 €
vendredi	20-Dec	10H00	Vauvenargues	le château de Picasso	4h00	7 km	160 m	facile	FABIENNE	3.00 €

Petits rappels :

Codage des difficultés :

Vert : facile : 2 à 4 h de marche, moins de 300 m de dénivelé

Bleu : moyenne : 3 à 5 h 30 de marche, dénivelé de 200 m à 600 m

Rouge : difficile, de 4 à 7 h de marche, dénivelé de 600 m et plus

Noir : pour les marcheurs expérimentés et sportifs

Téléphones des animateurs

Richard	06 88 99 52 38	Daddy	06 52 96 49 97
Evelyne	06 74 89 74 26	Fred	06 34 60 95 13
Gérard	06 82 18 51 54	Lucien	06 47 57 50 86
Jean yves	06 87 84 19 56	Fabienne	06 70 15 58 85
Paul	06 18 21 63 21	Pierre	06 15 17 14 26
Daniel	06 08 27 35 61	Louis	06 10 75 24 63

-Lieu de rendez-vous : 15 mn avant le départ sur le parking devant l'ancienne coopérative de TOURVES

-En cas de pluie : sortie annulée, en cas de temps incertain veuillez appeler l'animateur

-Une sortie peut être annulée si l'animateur juge que toutes les conditions de sécurité ne sont pas réunies. Il peut éventuellement proposer une sortie de remplacement.

-En cas de vigilance orange, la randonnée sera annulée.

-Les chaussures de randonnée sont obligatoires, **vérifiez vos crampons.**

-N'hésitez pas à utiliser des bâtons de marche

-N'oubliez pas d'apporter de l'eau en quantité suffisante et votre nourriture.

-Ayez toujours sur vous votre Licence FFRP, votre carte vitale et la fiche de renseignements pour les secours.

-Avoir un sifflet dans sa poche est conseillé.

-Signaler à l'animateur, tous changements concernant votre état de santé depuis l'obtention de votre certificat médical.

Programme du 1^{er} trimestre de la saison 2019/2020 (septembre-octobre-novembre-décembre)

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
samedi	14-Sep	08h00	Tourves	Forum des associations						
samedi	14-Sep	18h00	Tourves	Assemblée Générale						
jeudi	19-Sep	08h30	Rians	la croix d'Artigues	4H30	13	400	MOYENNE	Paul	3.00 €
vendredi	20-Sep	10H00	Collobrières	la chartreuse de verne	4h30	10 km	100 m	facile	FABIENNE	4.00 €
dimanche	22-sept.	8h30	CASSIS	La soubeyrane	4H30	14	450	MOYENNE	Gerard	2.00 €
vendredi	27-Sep	14H00	Le Cannet des Maures	Le tour de l'oppidum MEREN	3H00	7 km	250	facile	Evelyne	2.5
samedi	28-Sep		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Daddy et Evelyne	
mercredi	2-Oct		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Fabienne et Paul	
jeudi	3-Oct	08h30	Presqu'île de Giens	Commune de Hyeres	4H30	10	285	MOYENNE	Evelyne	4.00 €
vendredi	4-Oct	10H00	Cotignac	le gai vallon	3H30	8.5	230	facile	DADDY	2.5
samedi	5-Oct		Tourves	semaine de la randonnée 83 circuits 1 et 2					Fabienne et Jean Yves	
dimanche	6-oct.	0	ALLAUCH	Le Pichauris	5H00	13	550	MOYENNE	Jean Yves	2.00 €
vendredi	11-Oct	10H00	Rians	Vallon des vacons	3H00	10	200	facile	Pierre	2.00 €
dimanche	13-Oct		Aveyron	séjour à Nant voir infos sur le site					Gérard	
jeudi	17-Oct	08h30	Gemenos	Parc de ST Pons	6H00	18	950	Difficile	Louis	3.00 €
vendredi	18-Oct	14H00	Mazaugues	la glaciere de Pivaut	3H30	7	190	facile	DADDY	1.00 €
dimanche	20-oct.	14H00	Vauvenargues	le petit sambuc	5H00	15	520	MOYENNE	Paul	3.00 €
vendredi	25-Oct	13h30	gareoult	la bergerie du defens	3H00	7	260	facile	Evelyne	1.5€
jeudi	31-Oct	08h30	Belgentier	Belegentier-Montrieux	5H00	15	500	MOYENNE	Daniel	1.5 €
vendredi	1-Nov	10H00	Puylobier	Autour du camp de la légion	3H00	7.5	200	facile	Pierre	2.00 €
dimanche	3-nov.	10H00	Tourtour	Le plateau	5H00	14	500	MOYENNE	Richard	4.00 €
vendredi	8-Nov	10H00	Artigues	La gare	3H00	10.5	180	facile	PAUL	2.00 €
jeudi	14-Nov	08h30	Peyruis	Le plateau de Ganagobie	6H00	17	600	MOYENNE	Evelyne	6.50 €
vendredi	15-Nov	10H00	Gareoult	le vallon de Cavaillon	3H00	7.5	300	facile	Evelyne	1.5 €
dimanche	17-nov.	10H00	Le revest les eaux	Le mont Caume	6H00	14	720	Difficile	Evelyne	3.00 €
vendredi	22-Nov	13H30	Cabasse	Le lac et les chutes du Caramy	3H30	9	250	facile	DADDY	2.00 €
jeudi	28-Nov	08h30	Tavernes	Hameau de Burry	5H00	14	700	Difficile	Richard	2.00 €
vendredi	29-Nov	13H30	Ollieres	L'abbaye de ST Hilaire	3H00	10	150	facile	DADDY	1.00 €
dimanche	1-déc.	13H30	Plan d'aups	entre la Lare et Bertagne	6H00	16	800	Difficile	Louis	1.50 €
vendredi	6-Dec	10H00	Barjols	les marreliers	5h00	8 km	200 m	facile	FABIENNE	2.00 €
jeudi	12-Dec	08h30	Auriol	Les Encanaux	5H00	15	500	MOYENNE	Gerard	2.00 €
vendredi	13-Dec	13H30	Tourves	Le Billardier château Lafoux	3H00	6.5	110	facile	Pierre	0.00 €
dimanche	15-déc.	13H30	Les calanques	Le vallon du chalabran	5H30	15	600	Difficile	Gerard	2.00 €
vendredi	20-Dec	10H00	Vauvenargues	le château de Picasso	4h00	7 km	160 m	facile	FABIENNE	3.00 €