

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



(Association affiliée à la FFRP Adhérent N° 06265)

Programme du 2^o trimestre de la saison 2018/2019 (janvier/février/mars)

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
dimanche	6-Jan	8h30	CUGES LES PINS	LE CRUVELLIER	5H	12KMS	600M	MOYENNE	JEAN YVES	3.00 €
dimanche	20-Jan	8h30	LE THOLONET	LES BARRAGES	5H	15KMS	450M	MOYENNE	GERARD	1.50 €
dimanche	3-Feb	8h30	LASCOURS	LE MONT DU MARSEILLAIS	5H	12KMS	750M	DIFFICILE	FRED	2.50 €
dimanche	17-Feb	8h30	CEYRESTE	LA FONT BLANCHE	5H	14KMS	500M	MOYENNE	JEAN YVES	4.00 €
dimanche	3-Mar	8h30	BANDOL	LE GROS CERVEAU	5H	16KMS	700M	DIFFICILE	PAUL	6.00 €
dimanche	17-Mar	8h30	OLLIOULES	LES CUVES DU DESTEL	5H30	15KMS	600M	DIFFICILE	GERARD	2.00 €
dimanche	31-Mar	8h30	CORRENS	COHESION: une rando avec DADDY et une avec EVELYNE dans le vallon de Sourn.A midi apéro offert par le club						1.50 €

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
mardi	15-Jan	13h30	BRAS	LA COLLINE DU DEFFEND	3H	9KMS	300M	MOYENNE	CATHERINE	0.50 €
mardi	29-Jan	8h30	CASSIS	LES CALANQUES	5H00	14KMS	560M	MOYENNE	PAUL	4.00 €
mardi	12-Feb	13h30	ROUGIERS	LE MONT PIEGU	3H	9KMS	300M	MOYENNE	CATHERINE	1.00 €
mardi	26-Feb	8h30	la roque d'Anthéron	LE CHAPELLE ST ANNE	5H00	15KMS	500M	MOYENNE	EVELYNE	4.5
mardi	12-Mar	13h30	NANS LES PINS	LE VALLON DES POMMIERS	3H00	9KMS	300M	MOYENNE	CATHERINE	1.00 €
mardi	26-Mar	8h30	KIRBON	LE REGAGNAS	5H00	14KMS	630M	MOYENNE	LOUIS	2.00 €

jour	date	Départ	Massif/commune	libellés	durée	distance	dénivelé	difficulté	animateur	covoiturage
vendredi	4-Jan	13H30	TOURVES	JAS DE RODAS	2H30	6.5	170M	facile	PIERRE/LUCIEN	0.00 €
vendredi	11-Jan	13h30	TOURVES	COHESION: vin chaud préparé par FRED et DADDY (participation de 2,5 €), petite rando facile avec CATHERINE						0.00 €
vendredi	18-Jan	13H30	BRAS	LE TOMBREAU	2H30	6.6KMS	150M	facile	EVELYNE	1.00 €
vendredi	25-Jan	10h00	AMPUS	NOTRE DAME DE SPELUQUE	4H00	8,5 kms	200m	facile	FABIENNE	4.00 €
vendredi	1-Feb	13H30	OLLIERES	LE CHÂTEAU	3H00	7KMS	130M	facile	DADDY	1.00 €
vendredi	8-Feb	9H00	ST MAXIMIN	VALLON DES ALLEES	3H00	9KMS	210M	facile	PAUL	1.00 €
vendredi	15-Feb	13H30	LA ROQUEBRUSSANE	LES LAOUCIENS	3H00	6.5KMS	160M	facile	FRED	1.00 €
vendredi	22-Feb	10h00	SIGNES	L'ELEPHANT DE PIERRE	3h00	6KMS	120m	facile	FABIENNE	2.5
vendredi	1-Mar	13H30	RIANS	FONT DE CAUSSE	3H	7KMS	190M	facile	PIERRE/LUCIEN	2.00 €
vendredi	8-Mar	13H30	BELGENTIER	GROTTE AUX SANTONS	3H	6.6KMS	250M	facile	DADDY	1.5
vendredi	15-Mar	13H30	BRAS	LE GRAND TEMPLE	3H	8KMS	160M	facile	PIERRE/LUCIEN	1.00 €
vendredi	22-Mar	10h00	TAVERNES	NOTRE DAME DE BELLEVUE	3h30	7kms	190M	facile	FABIENNE	2.00 €
vendredi	29-Mar	13H30	PUGET VILLE	ST PHILOMENE	3H	6KMS	170M	facile	DADDY	2.00 €

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

-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

-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.

Téléphones des animateurs

Catherine	06 15 08 35 59	Daddy	06 52 96 49 97
Evelyne	06 74 89 74 26	Fred	06 83 66 47 28
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