



Rando Tourves

(Association affiliée à la FFRP Adhérent N° 06265)

Mail : randotourves@gmail.com

Site Internet : www.randotourves.fr

Programme du 1er trimestre
Année 2018-2019
De Septembre à Décembre 2018

Attention aux horaires surlignés en jaune, les départs de ces randonnées sont prévus plus tôt que d'habitude à cause des trajets à faire en voiture.

N'oubliez pas le changement d'heure le dimanche 31 octobre !!!

Dimanche	Départ	Massif/Commune	Libellés	Durée	Distance	Dénivelé	Difficulté	Animateur	Covoiturage
08/09/18	9h	Tourves	Forum des associations	jusqu'à 12h/13h environ					
15/09/18	18h	Tourves	Assemblée Générale annuelle	suivie d'une auberge Espagnole et soirée dansante.					
23/09/18	8h30	Plan d'Aups	Pic de Bertagne, plan des vaches	5h30	15 km	500 m	Moyenne	Catherine	1,50 €
07/10/18	8h30	Rians	La croix d'Artigues	4h	12km	400m	Moyenne	Paul	2,00 €
du 12/ au 14/10/18			WE LUBERON					A PEDIBUS	15,00 €
21/10/18	8h30	Gréoux les bains	St Martin de Brômes	5h30	18 km	400 m	Moyenne	Evelyne	3,50 €
Samedi 03/11/2018		Marseille Le Frioul	préinscriptions obligatoires , visite de l'hôpital Caroline	5h	12 km	250m	Moyenne	Gérard	9,70€ bateau + 11€ covoiturage
04/11/18	8h30	Marseille	Calanques de l'ESCU	5h	12km	700m	Difficile	Jean Yves	4,50 €
18/11/18	8h30	Châteauvallon	Le Croupatier	5h30	14 km	800 m	Difficile	Fred	3,50 €
02/12/18	8h	Toulon	Le Faron	6h	16 km	600 m	Difficile	Gérard	4,50 €
16/12/18	8h30	Marseille, Allauch	Le Garlaban	6h	14km	840 m	Difficile	Jean-Yves	4,00 €

Mardi	Départ	Massif/Commune	Libellés	Durée	Distance	Dénivelé	Difficulté	Animateur	Covoiturage
18 et 19/09/18			Le Mont Clapier					Paul	
25/09/18	14h	Le Val	Lac de Carcès-les chutes du Caramy	3h00	9 km	200 m	Facile	Catherine	2,00 €
02/10/18	8h30	Camps la source	Camps ST Quinis Argentis	6h	17 km	520	Difficile	Daniel	1,50 €
16/10/18	13h30	St Probace	Le Caramy	3h	8 km	350 m	Moyenne	Fred	0,00 €
30/10/18	8h30	St Julien de Montagné	Le nouveau St Julien	5h30	15 km	400 m	Moyenne	Louis	2,50 €
13/11/18	13h30	Départ de Tourves	Le Bois de St Clair	3h	10,3km	320 m	Facile	Gérard	2,00 €
	14h	Départ de St Zacharie, parking du cimetière							
27/11/18	8h30	Bagnols en forêt	Les gorges du Blavet	5h30	15 km	400 m	Moyenne	Evelyne	5,00 €
11/12/18	13h30	Le Val	Le circuit des chapelles	2h30	8 km	350 m	Facile	Catherine	1,00 €

- 🚩 **NOUVEAU !** Nous vous proposons cette année des randonnées à la journée pour le vendredi. Nous partirons à 10h, nous déjeunerons ensemble chacun apportera son pique-nique, nous nous reposerons une heure et nous repartirons pour une à deux heures de **randonnée très facile**.

Vendredi	Départ	Massif/Commune	Libellés	Durée	Distance	Dénivelé	Difficulté	Animateur	Covoiturage
28/09/18	14h	Rians	Forêt de la Gardiole	3h	8h	200 m	Facile	Pierre / Lucien	2,00 €
12/10/18	14 h	Besse sur Issole	Source de Bourbouteau	3h	8 km	230 m	Facile	Pierre / Lucien	2,00 €
26/10/18	14 h	St Antonin sur Bayon	Untinos la marbrière	3h	6 km	250 m	Facile	Daddy	2,50 €
09/11/18	13h30	Puget-Ville	La tour ruinée	3h15	7 km	250 m	Facile	Daddy	2,00 €
23/11/18	13h30	Nans les Pins	La mantelette	3 h	8 km	250 m	Facile	Pierre / Lucien	1,00 €
07/12/18	13h30	St Zacharie	La Taurelle	3 h	7 km	200 m	Facile	Daddy	2,00 €
21/12/18	10h	Le Thoronet	La boucle du Thoronet	4h	9 km	190 m	Facile	Fabienne	3,00 €

- 🚩 Dans le cas où une sortie du vendredi serait annulée pour conditions météorologiques, elle sera reportée au vendredi suivant.
- 🚩 Les randonnées du mardi sont proposées en alternance en journées et en demi-journées, le programme ci-dessus tient compte de ce changement.

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 : 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, l'assureur de la FFRP n'assure pas le club et ses adhérents et 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 très vivement conseillé.**

Les numéros de téléphone 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