

11sept Le tour du Golfe de la Frégate 6 kms dénivelé 215 facile  
18 sept Port d'Alon boucle de Bandol à St Cyr 9,5 km moyen  
25 sept Les 4 frères - tête de la Cade 9,8km dénivelé 186m facile  
2 oct JOURNÉE - Les grottes de la Ste Baume  
9 oct St d'Anne d'Evenos à Evenos 7km dénivelé 236m facile  
16 oct Belgentier 7km facile ANNULÉE CAUSE METEO  
23 oct JOURNÉE Ste Anne du Castelet /les Fours 10km dénivelé 300m moyen rdv 9 h pour un départ à 9 h  
15 prévoir pic nique RANDO ANNULÉE (ANIMATEUR ABSENT)  
30 oct ND de Pepiole au départ des Lômes 6 km facile  
6 nov LA VALETTE DU VAR LA BIGOYE 8 KM facile ANNULÉE CAUSE METEO PLUVIEUSE  
13 nov ND DE LA VIERE 7 KM facile  
20 nov Le sentier du littoral de Bonne Grâce au Rayolet  
27 nov Sur les hauteurs d'Ollioules vers l'Oppidum  
4 déc Sur les hauteurs de la Cadière d'azur 6km dénivelé 100 m facile **CHANGEMENT SUITE AUX EVENEMENTS PLAGE DU RAYOLET A L ILE DU GAOU (10 km)**  
11 déc Visite (si possible ) d' Amphitria et du fort de Peyras  
18 déc Facile - Balade du chemin de la lecqque vers le bas de sicié - 8 Km -  
8 Janvier - facile - Un petit tour à Belgentier - 7km - 200m -  
15 Janvier - facile - De Bandol au Port d'Alon - 9km - 220m -  
22 Janvier - facile - La Londe Port de Miramar - 7km - 10m -  
29 Janvier - facile - Les hauteurs de la Cadière d'Azur - 6km - 100m -  
5 février - facile - Grotte du Croupatier par le Broussan - 8km - 230m -  
12 février - facile - De Pin Rolland à St Mandrier - 7 km -200 m -  
19 février - facile - Circuit de Cap Garonne - 7km - 200m - REPORTEE  
26 février - facile - l'Eléphant de Pierre - 6km - 100m -  
5 mars - facile - Giens et la presqu'île - 7km - 200m -  
12 mars - facile - Circuit Cap Garonne - 7km - 150m -  
20 mars - facile - JOURNÉE - Lac des Escarcets -10 km - 200m -  
26 mars - moyen - ND du Deffens - 6km - 270m -  
2 avril - facile - LE FARON (les crêtes) - 6 km - 200m - Bateau + Bus+ téléphérique et rando sur le plateau  
9 avril - facile - JOURNÉE - Malpasset - 9km - 200m -  
16 avril - facile- circuit des Bergeries Siou Blanc - 7km - 100m - **ANNULÉE CAUSE METEO DEFAVORABLE**  
23 avril - de Six Fours à Portissol par le sentier du littoral **ANNULÉE POUR CAUSE METEO VENT**  
**ORAGE**  
30 avril - facile - Parc du Mugel - 7km - 150m -  
7 mai - facile - Le Carami par Carces - 7km - 55m  
14 mai - facile - circuit des Bergeries siou Blanc - 7 Km -100m  
21 mai - facile - Signes 7km - 100m -  
28 mai - facile - Etang des Pesquiers - 7km- 10m -  
4 juin - facile - Tour Royale Anse Méjan - 6km -



