

SAISON 2014/2015

SEPTEMBRE 2014

- Mercredi 10 LA LONDE .. L'ESTAGNOLE randonnée facile en bord de mer 12 km**
Dimanche 14 Presqu'île de Giens, la Tour Fondue, Le Port du Niel, Départ 9H, 10 km
dénivelé 300M
- Mercredi 17 LES CALANQUES ..SOMMET DE MARSEILLEVEYRE dénivelé 500 m 12 km**
sortie bleue (bons marcheurs)
- MARDI 23 PORQUEROLLES au départ des Sablettes 9H15 (durée de la traversée 1H retour
17h45 prix 23€/personne randonnée pour tous (marcheurs et non marcheurs)
- DIMANCHE 28** La Ste VICTOIRE: lac Zola, LAC bimont, Départ 9H, 13 Km, Dénivelé 500m

OCTOBRE 2014

- Dans le cadre de la semaine varoise de la randonnée
- MERCREDI 01 Notre dame du Mai (JANAS) 15 Km aucune difficulté RDV 9h
- VENDREDI 03 Marche Aquatique Côtière aux SABLETTES RDV 9h base nautique St
Elme (chaussures obligatoires)
- SAMEDI 04 Marche Nordique à JANAS RDV "maison de pleine nature" 9h plusieurs
circuits pour tous
-
- SAMEDI 04 RONDE DU CREPUSCULE (inscriptions au club)
- MERCREDI 08 POURRIERES le pain de munition l'oppidum romain 14Km pour tous
- DIMANCHE 12** Le Trapan, Le Pellegrin, L'estagnol, Départ 9H, 16 Km, Dénivelé 300m
- MERCREDI 15 Chateau de broussan..... rocher de l'aigue 12 Km moyen
- MERCREDI 22 Les calanques GR98 col de sormiou, retour par le plateau de l'homme
mort. 18Km pour bons marcheurs
- DIMANCHE 26** St Zacharie , Départ 9h : 16 km, Dénivelé 500m
- MERCREDI 29 Les calanques T.d'orientation et vallon de sugiton 9Km pour tous

NOVEMBRE 2014

- MERCREDI 05 Le grand tour du MONT FARON 16Km pour bons marcheurs
- DIMANCHE 09** La Courinne de Charlemagne, Le Cap Canaille départ 9h : 9 km, dénivelé
450m SORTIE ANNULEE pour Cause de Météo
- MERCREDI 12 Le LAVANDOU Le LAVANDOU (bord de mer) 12 km ANNULEE vigilance
orange
- MERCREDI 19 Presqu'île de GIENS 12 Km pour tous

DIMANCHE 23 St PONS, Le Pic de Bertagne par les glaciers départ 9h, 12km, dénivelé 700m

MERCREDI 26 BELGENTIER 12Km pour tous

DECEMBRE 2014

MERCREDI 03 VALLON DE LA FEMME MORTE 15Km

MERCREDI 10 ROCBARON Plateau de thèmes 15 KM

DIMANCHE 14 JOURNEE DECOUVERTE MARCHE NORDIQUE à JANAS RDV 9h à la MAISON PLEINE NATURE 3 circuits

MERCREDI 17 LA CIOTAT ... Crêtes 15 Km bons marcheurs

JANVIER 2015

MERCREDI 07 LES 4 FRERES Vallon de la tête de cade 13 km

DIMANCHE 11 LA COURONNE DE CHARLEMAGNE (départ 9h) 9 km
pour tous

MERCREDI 14 LA CRAU BOUVINE D554 D29 Les martins sauvebonne 13 km

DIMANCHE 18 BELGENTIER MONTRIEUX (départ 9h) 13 km

MERCREDI 21 LE PARADIS 14 km

MERCREDI 28 LES CALANQUES (luminy) 17 km

FEVRIER 2015

DIMANCHE 01 JOURNEE RAQUETTES A VALBERG

MERCREDI 04 ROCBARON TERRES BLANCHES 17 km

SAMEDI 07 NOCTURNE DE JANAS ET GALETTE (voir affiche)

MERCREDI 11 SIGNES 16 km

DIMANCHE 15 CEYRESTE dénivelé 550m (départ 9h) 13 km pour tous

MERCREDI 18 COURONNE DE CHARLEMAGNE 10 km pour tous

MERCREDI 25 LA CIOTAT LES CRÊTES 16 km

MARS 2015

DIMANCHE 01 CASSIS, LE MONT GIBAOU (départ 9h) 11 km pour tous

MERCREDI 04 BORMES LES MIMOSAS 3 COLS 17 km 750 m

MERCREDI 11 CERESTES LES HAUTS (**grillades**) **13 km pour tous**

DIMANCHE 15 JOURNEE RAQUETTES NEIGES à GREOLIERES ou ANCELLE pour tous

MERCREDI 18 MARSEILLEVEYRE 16 km

MERCREDI 25 BELGENTIER LES HAUTS 17 km 750 m

DIMANCHE 29 LE BROUSSAN LE MONT CAUME (départ 9h) 9 km pour tous

AVRIL 2015

MERCREDI 01 BELGENTIER MONTRIEUX 13 km moyen

DIMANCHE 05 LE LAC DES ESCARSETS 12 Km facile

MERCREDI 08 PUGET VILLE ROCBARON 13 km moyen

MERCREDI 15	GROS CERVEAU	13 Km
moyen		
DIMANCHE 19	CARAMY	12 km facile
MERCREDI 22	MONT PUGET	14 Km moyen
MERCREDI 29	CAP ROUX ESTEREL	14 km difficile

MAI 2015

DIMANCHE 03	JOURNEE MARCHE NORDIQUE A JANAS	7.13.libre et 5 km
avec classement		
MERCREDI 06	STE VICTOIRE	16 km rouge
DIMANCHE 10	FETE DE LA RANDONNEE A ST TROPEZ pour le programme cliquez sur le lien :  Flyer fete rando 10mai2015 (1.92 Mo)	
MERCREDI 13	LE LAC DES ESCARCETS	13km facile
MERCREDI 20	VINS sur CARAMY	13Km facile
MERCREDI 27	LE CARAMY par TOURVES	13km facile
DIMANCHE 31	PAS DE SORTIE FETE DES MERES	

JUIN 2015

MERCREDI 03	CALANQUES DE MORGIOU	13km facile
JEUDI 04	RANDO NOCTURNE A JANAS RV 18H30 (apéro+ Pic Nic)	
DIMANCHE 07	LE THORONET/ARGENT	13km moyen
MERCREDI 10	ANNULEE cause METEO	
MERCREDI 17	BANDOL VERS ST CYR	13 Km facile

SEJOUR CORSE les randonneurs seynois