

# RANDO CLUB RAPHAELOIS

## Saint – Raphaël



Site : [www.randoraphaelois.com](http://www.randoraphaelois.com)  
 Email : [RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr](mailto:RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr)  
 Tel : 04 94 83 82 05  
 06 07 36 40 55

Club affilié



### Programme AVRIL 2017

Dates	Lieu D: dist. d: dénivelé. T: durée PH: pt. haut	Carte IGN	Niveau	Animateur Tel.	Heure et lieu de départ
Dim 02	Saint Antonin/Bayon (13) sentier Imoucha par le Pas du Berger D : 18 km d : 850 m T : 6h PH : 767 m	3244 ET	T B M	Michel V. 04 94 83 65 76	7 h 30
Mer 05	Barjols – Pontevès (83) Les Frégourières D : 13 km d : 400 m T : 4 h 30	3344 OT 3443 OT	T M	Jean-Pierre B. 06 15 23 19 23	8 h
Dim 09	Estérel Grand Tour de l'Ours depuis le col des Lentisques D : 17 km d : 800 m T : 6 h	3544 ET	B M	Gérard R. 06 86 18 25 60	8 h 30 Pkg Leclerc
Mer 12	Montauroux (83) les Gorges de la Siagne D : 9 km d : 300 m T : 3 h	3543 ET	T M	Jean-Pierre B. 06 15 23 19 23	9 h 30
<b>Lundi 17</b>	Hameau de Léouvé (06) la Tête de Pibossan D: 15 km d : 700 m T : 5 h 30 PH : 1620 m	3540 ET	B M	Pierre C. 06 51 44 95 62	7 h 30
Mer 19	Bormes (83) La Verrerie barrage de Trapan D : 16 km d : 600 m T : 5 h 30	3446 ET	T M	Danielle B. 06 64 10 12 41	8 h
Dim 23	Roquebrune/Argens (83) Tour du Rocher de Roquebrune D : 17,5 km d : 750 m T : 6 h	3544 OT	B M	René D. 06 07 36 40 55	9 h
Mer 26	Carcès (83) Rando restau à la guinguette du lac sur inscription cf. Jean-Pierre D : 12 km d : 300 m T : 4 h	3444 OT	T M	Jean-Pierre B. 06 15 23 19 23	9 h
<b>Judi 27</b>	<b>Réunion mensuelle St. Raphaël villa des Myrtes salle Schumann 1<sup>er</sup> étage</b>				<b>20h 30</b>
Dim 30	Bormes les Mimosas (83) les 3 Cols D : 15 km d : 650 m T : 6 h	3446 ET	B M	Sauveur P. 06 81 44 84 73	8 h
29 - 30 avril et 1er mai Week-end à Valberg (06) avec René D. (complet)					

**Chaque jeudi marche nordique de 9 h à 10 h avec Chantal R. 06 13 40 14 02**

#### Projets :

- Du 9 au 21 mai : séjour en Bretagne Sud avec Michel G.
- Du 3 au 6 juin : la montagne de Lure. Week-end de Pentecôte à Montfroc (26560) avec Gérard et Josiane J.
- Du 28 au 30 juillet : Saint Dalmas le Selvage (06) : 3 jours en itinérant avec Bernard G. (T B M)

**Les départs se font du parking de Sainte Croix, avenue du 15<sup>ème</sup> corps à FREJUS (face à l'aqueduc) aux heures indiquées ci-dessus. Le transport se fait par co-voiturage avec participation aux frais. Les randonnées peuvent être modifiées ou annulées suivant les conditions météo ou autres événements. Un équipement correct est exigé : bonnes chaussures de marche (de préférence à tiges hautes), sac avec pique-nique et de l'eau en quantité suffisante. Il est souhaitable que chacun dispose d'une trousse de secours, couverture de survie etc... Pour des raisons de sécurité, il est demandé de respecter le niveau de la randonnée :**

**T B M : très bons marcheurs      B M : bons marcheurs      T M : tous marcheurs**

Vous pouvez consulter le site du rando club raphaëlois à l'adresse suivante : [www.randoraphaelois.com](http://www.randoraphaelois.com)

Pour tout renseignement complémentaire, écrire à [RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr](mailto:RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr) ou tel : 06 07 36 40 55