

RANDO CLUB RAPHAELOIS



Saint – Raphaël

Site : www.randoraphaelois.com
 Email : RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr
 Tel : 04 94 83 82 05
 06 07 36 40 55



Club affilié  www.ffrandonnee.fr

Programme JANVIER 2017

Dates	Lieu D: dist. d: dénivelé. T: durée PH: pt. haut	Carte IGN	Niveau	Animateur Tel.	Heure et lieu de départ
Mer 04	Estérel le Rastel d'Agay D : 14 km d : 300 m T : 4 h 30	3544 ET	T M	Danielle B. 06 64 10 12 41	10 h Agay place du Togo
Dim 08	Taradeau (83) - le Château de Selle D : 14 km d : 300 m T : 4 h 30	3544 OT	T M	Bernard G. 06 07 12 64 64	8 h 30
Mer 11	Puget / Argens La lieutenant - col de la Pierre du Coucou D : 14 km d : 350 m T : 4 h 30	3544 ET	T M	Jean-Pierre B. 06 15 23 19 23	9 h
Dim 15	Circuit de Peille et Peillon (06) D : 13 km d : 500 m T : 4 h 30 + visite de Peillon	3742 OT	T M	Pierre C. 06 51 44 95 62	8 h
Dim 22	Antibes (06) du Fort Carré au Cap d'Antibes D : 21 km d : 350 m T : 6 h	3643 ET	B M	Michel V. 04 94 83 65 76	8 h
Mer 25	Les Issambres (83) La Gaillarde D : 13 m d : 600 m T : 4 h 30	3544 E	B M	René D. 06 07 36 40 55	8 h 30
Jeudi 26	Réunion mensuelle St. Raphaël villa des Myrtes salle Schumann 1^{er} étage avec au programme de la soirée la « galette des rois »				20h 30
Dim 29	Estérel Marre Trache D : 13 km d : 420 m T : 5 h	3544 ET	T M	Gérard R. 06 86 18 25 60	9 h

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

Projets :

Séjour de fin d'année avec Josiane et Gérard Jégo
 Du 5 au 11 mars 2017 semaine raquettes en étoile à Vallouise (05) avec René David. (sur inscription)



Le Rando Club Raphaëlois vous souhaite ... une très bonne année 2017

Les départs se font du parking de Sainte Croix, avenue du 15^{ème} 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

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