

RANDO CLUB RAPHAËLOIS

Saint – Raphaël

Site : www.randoraphaelois.com

Email : RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr

Tel : 04 94 83 82 05

06 07 36 40 55

Club affilié



Programme MARS 2017

| Dates | Lieu D: dist. d: dénivelé. T: durée PH: pt. haut | Carte IGN | Niveau | Animateur Tel. | Heure et lieu de départ |
|--|---|--------------|--------|----------------------------------|----------------------------|
| Mer 1er | Esérel les Balcons des Ferrières D : 12 km d : 300 m T : 4 h | 3544 ET | T M | Danielle B. 06 64 10 12 41 | Agay 10 h place du Togo |
| Du 5 au 11 séjour raquettes à Vallouise (05) avec René D. | | | | | |
| Dim 05 | Gorbio (06) la cime de Baudon D : 13 km d : 900 m T : 5 h 30 PH : 1266 m | 3742 OT | B M | Gérard J. 04 94 53 17 96 | 7 h 30 |
| Mer 08 | Collobrières (83) la Croix d'Anselme-Plateau Lambert D : 13km d : 250 m T : 4 h | 3445 OT | T M | Jean Pierre B. 06 15 23 19 23 | 8 h 30 |
| Dim 12 | Puget Ville - Rocbaron (83) Chap Ste Philomène D : 15 km d : 500 m T : 5 h | 3445 OT | T M | Danielle B. 06 64 10 12 41 | 8 h |
| Mer 15 | Estérel tour du Cap Roux D : 11,5 km d : 250 m T : 4 h | 3544 ET | T M | Danielle B. 06 64 10 12 41 | 10 h Agay Place du Togo |
| Dim 19 | 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 22 | Le Thoronet (83) le Chemin des Moines D : 12 km d : 250 m T : 4 h | 3444 OT | T M | Jean Pierre B. 06 15 23 19 23 | 9 h |
| Dim 26 | 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 |
| Mer 29 | Plan d'Aups (83) Les Trois Chênes la Ste Baume D : 14 k m d : 600 m T : 5 h | 3345 OT | T M | René D. 06 07 36 40 55 | 8 h |
| Jeudi 30 | Réunion mensuelle St. Raphaël villa des Myrtes salle Schumann 1^{er} étage | | | | 20h 30 |

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

Projets :

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 RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr ou tel : 06 07 36 40 55

