











RANDO CLUB RAPHAËLOIS

www.randoraphaelois.com

FFRandonnée 
www.ffrandonnee.fr

Programme de Mars 2024

Date	Destination	Dist. Déniv.	Pt haut Temps estimé	Niveau Requis	Niv. Effort IBP*	Animateur Tel.	Heure départ / Pk	Co-voiturage 4/5 pers.
Dim 03/03	Estérel - Roussiveau - Charetier - Perthus	13,5 km +470m	330m 5H	Tous marcheurs		Bernard D. 06 09 07 06 67	8H30 Galieni	4€ (par voiture)
Dim 03/03	Col de Castillon - Mont Gramondo	15 km +1000m	1378m 6H	Très Bons marcheurs		Gérard J. 06 11 60 01 27	7H Galieni	A définir sur place
Jeudi 07/03	Réunion Animateurs => Maison des Associations « La Soleillette » - Salle 4 de 18h à 20h							
Dim 10/03	Aups - Chapelles Vérignon depuis le col de la Bigue	11 km +415m	4H	Tous marcheurs		Gérard R. 06 86 18 25 60	8H Galieni	A définir sur place
Merc 13/03	Le Rayol Canadel - Panoramique Malatra	11 km +440m	450m 3H50	Tous marcheurs		Jean Marc G. 06 07 14 94 04	8H15 Galieni	8€ (4) 6.40€ (5)
Dim 17/03	Trigance - Vallée du Jabron	14 km +400m	5H	Tous marcheurs		René D. 06 07 36 40 55	7H30 Galieni	12€ (4) 9.60€ (5)
Dim 17/03	Estérel - ND d'Afrique - Col Notre Dame	14km +300m	5H	Tous marcheurs		Danielle B. 06 64 10 12 41	10H Togo	A définir sur place
Merc 20/03	Taradeau - Tour Taradel Beauserer	11km +270m	4H	Tous marcheurs		Danielle B. 06 64 10 12 41	8H30 Galieni	A définir sur place
Dim 24/03	Sollies ville - Le Coudon	14km +750m	5H30	Bons marcheurs		Bernard Gach. 06 89 47 13 54	7H30 Galieni	12€ (4) 10€ (5)
Mardi 26/03	Réunion Mensuelle à 18 H - Salle 4 - Maison des Associations « La Soleillette »							
Vendr 29/03	Soirée du RCR au Best Western la Marina à 19h30							

* Pour une information complète sur le système de cotation,
Consulter le guide de la FFRP sur le site du club dans l'onglet «Infos pratiques».

Projets à venir :

- Séjour du 30 juin au 6 juillet 2024 à l'Escandille à Autrans dans le Vercors (Responsable Gérard R.)

MARCHE NORDIQUE : Chaque Mardi de 9h30 à 11h avec Christine G. 06 87 21 48 78 et Danièle R.
Chaque Jeudi de 9h à 10h avec Chantal R. 06 13 40 14 02

LONGE COTE : En Mars chaque Vendredi de 10h30 à 11h30 avec Pierre C. 06 51 44 95 62

Les randonnées peuvent être annulées ou modifiées suivant les conditions météo et autre évènement.

Consultez le site du RANDO CLUB RAPHAËLOIS à l'adresse suivante : www.randoraphaelois.com

Pour tout renseignement complémentaire contacter le Club par Email : randoclubraphaelois@free.fr