



RANDO CLUB RAPHAËLOIS

www.randoraphaelois.com



Programme de Novembre 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. 03/11	Estérel - La Duchesse - Col de Testanier	10 km +200m	4H	Tous marcheurs		Danielle B. 06 64 10 12 41	9H30 Gallieni	A définir sur place
Dim. 03/11	Trets - Les Crêtes de Réganas	15 km +650m	700m 5H	Bons marcheurs		Bernard Gach. 06 89 47 13 54	7H30 Gallieni	15€ (4) 12,5€ (5)
Jeudi 07/11	Puget-sur-Argens - La Lieutenante - Terre Gaste	8 km +50m	3H	Tous marcheurs		Jean-Pierre B. 06 15 23 19 23	9h30 Gallieni	A définir sur place
Dim. 10/11	Langavin - Rocca Sierra	15 km +935m	1501m 5h30	Très Bons marcheurs		Gérard J. 06 11 60 01 27	7H30 Gallieni	A définir sur place
Dim. 10/11	Roquebrune-sur-Argens - Campon Brodescure	12 km +300m	200m 4H30	Tous marcheurs		Bernard D. 06 09 07 06 67	8H30 Gallieni	A définir sur place
Merc. 13/11	Estérel - Belle Barbe - Gué du Pommier	9 km +200m	4H	Tous marcheurs		Danielle B. 06 64 10 12 41	10H Leclerc	A définir sur place
Dim. 17/11	Andon - Circuit de l'Audibergue au départ du Pont du Loup	15,2 km +695m	1640m 5H30	Bons marcheurs		Pierre C. 06 51 44 95 62	7H30 Gallieni	11€ (4) 9€ (5)
Merc. 20/11	Le Bourguet - Mont Beysse	12,5 km +480m	1251m 5H	Tous marcheurs		Claude D. 06 60 89 08 93	8H Gallieni	A définir sur place
Dim. 24/11	Signes - Pont du Diable	13 km +475m	4H30	Tous marcheurs		Gérard R. 06 86 18 25 60	8H Gallieni	15€ (4) 12€ (5)
Mardi 26/11	18 H - Réunion Mensuelle => Maison des Associations « La Soleillette » Salle 4							
Merc. 27/11	Estérel - La Malavalette	11 km +400m	4H	Tous marcheurs		Danielle B. 06 64 10 12 41	9H Leclerc	A définir sur place

* 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 Raquettes du 1^{er} au 8 Février 2025 avec accompagnateur, à l'hôtel club LE BALCON DES ECRINS*** situé sur la station de REALLON (au-dessus du lac de Serre-Ponçon). Responsable Pierre C. **Complet !****

Pour info : le solde du séjour (chèque de 483,65€/pers. à l'ordre du RCR) est à prévoir pour l'assemblée générale de Décembre

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 : 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