

RANDONNEURS BIVOUAQUEURS ALPINS

3 avenue Saint-Sébastien 06300 NICE ☎ : 04.93.56.45.70

FFRP 01225

JANVIER 2012

Le Président et tous les membres du Bureau vous souhaitent une bonne et heureuse Nouvelle Année !

Que nos sorties hebdomadaires vous soient aussi douces et agréables que possible ...

En accord avec le Président il n'a été établi qu'un seul parcours : celui du groupe 1. Chaque accompagnateur l'adaptera aux participants de son groupe tout en le respectant.

4 JANVIER 2012

NICE MENTON – COTE D'AZUR 3742 OT

DRAP (90 m) CANTARON (103 m) GR 51 Baisse de BORDINAS ou de ROUGIER (475 m) Point coté (263 m) TOURRETTE-LEVENS (399 m) RIO SEC (342 m) Col de CHATEAUNEUF (627 m) Chapelle SAINT-JOSEPH (711 m) Mont MACARON (806 m) Baisse de BORDINAS ou de ROUGIER (475 m) CANTARON (103 m) **DRAP**

DENIVELE ± 1000 m 20 km

R.V. : 7 h 30 AUCHAN : Anciennes pompes à essence.

11 JANVIER 2012

MOYEN VAR 3641 OT

PUGET THENIERS B161 (410 m) B150 : GR 510 Point coté (429 m) La CUOLLA (952 m) B158 SIGAUD B149 (1140 m) Col de RIGAUDON B159 (1365 m) Sommet de RIGAUDON (1435 m) en aller-retour BESSEUGES B283a (1050 m) B283 Col de BESSEUGES B279 (1056 m) Les COMBES B154 (839 m) : D2211a Les AIGAS B153 Point coté 839 m B152 (615 m) La CONDAMINE B151 (435 m) **PUGET THENIERS**

DENIVELE ± 1150 m 15 km

R.V. : 7 h 30 CARREFOUR LINGOSTIERE RESTAURANT FLUNCH

18 JANVIER 2012

VALLEES DE LA BEVERA ET DES PAILLONS 3741 ET

Col de CASTILLON B135 (726 m) BIATONEA B137 (757 m) Baisse de STUVION B92 (1168 m) Col de ROULABRE B91 (1094 m) Col du RAZET B90 (1032 m) Le GRAMONDO (1379 m) Toute la crête Sud jusqu'au pas de la CORNE B94a (1047 m) : GR 52 Col SAINT-BERNARD B95a (769 m) Col du RAZET B90 (1032 m) La PIERRE POINTUE (1176 m) BIATONEA B137 (757 m) **Col du CASTILLON**

DENIVELE ± 1200 m 6 h 30

R.V. : 7 h 30 LYCEE MATISSE puis A8 **SORTIE : MENTON – COL DE CASTILLON**

25 JANVIER 2012

VALLEE DE L'ESTERON VALLEE DU LOUP 3642 ET

SAINT-JEANNET (420 m) B8 B7a Vallon du CASTELET B7 : GR 51 Point coté 717 m B15 B139 B140 Le GOURBEL B131 (953 m) B131 B132 : D8 B133 (882 m) B134 (887 m) B135 (892 m) Montagne du CHIER B137 (1009 M) B138 MOUTON D'ANOU (1078 m) en aller-retour B138a B14 Jas de JAUSSERAND B13 B12 B9 B3 B2 **SAINT-JEANNET**

DENIVELE ± 1015 m 20 km

R.V. : 7 h 30 CAP 3000, en face le NOVOTEL POUR SAINT-LAURENT du VAR & SAINT-JEANNET (Parking)

RAPPEL : Veuillez prévenir de votre présence ou absence à la randonnée, l'accompagnateur ou accompagnatrice de votre groupe en lui téléphonant au plus tard la veille.

ACCOMPAGNATEURS – RESPONSABLES DE GROUPES

Toussaint SENI	04.93.56.45.70	06.86.58.14.17	toussaint.seni@orange.fr
Betty BABAULT	04.93.52.46.09	06.88.71.30.33	betty-babault@orange.fr
Claudine GUIJARRO	04.93.13.44.92	06.31.67.04.68	
Jean ARRESTIER	04.93.55.26.02	06.32.08.17.67	jasarrestier@orange.fr
Robert BOVINI	04.93.44.89.04	06.31.27.91.03	jrbovini@orange.fr
Alex MESSINA	04.93.51.87.55	06.84.07.68.16	alphonse.messina@gmail.com
SECOURS : 04.97.22.22.22		CODIS 06 : 04.93.22.76.90	
SAMU 06 : 15 ou PORTABLE : 112			

ATTENTION : C'est le dernier programme adressé à celles et ceux qui n'ont pas encore renouvelé leur adhésion pour 2012 !