



Rendez-vous parking de Saint-Cézaire		LES RANDONNEES DU DIMANCHE		Durée	Dénivelée
				Difficulté	IGN
Samedi 24 septembre	9h30	Fête du sport	Ponadiou et la Chapelle Saint-Jean	h00	0 m
Dimanche 2 octobre	8h00	Col de Turini - Cimes de Suorcas et de la Calmette	Vésubie	5h00	450 m
Dimanche 23 octobre	8h00	Gorges de Daluis	Moyen Var	4h00	500 m
Dimanche 13 novembre	8h00	Tour de la montagne de Robion	Castellane	6h00	800 m
Dimanche 27 novembre	8h00	Les crêtes Nord de l'Estérel Idem sans le Mont Vinaigre	Estérel	6h00 - 650 m - Moyen 5h00 - 400 m - Facile	3542OT 3544ET
Samedi 10 décembre	18h00	Rando nocturne et veillée	à la chapelle St Saturnin	6h00	200 m
Dimanche 18 décembre	8h00	Le Figaret - Utelle	Vésubie	6h00	650 m
Samedi 14 janvier	17h30 19h00	Assemblée Générale Soirée (*)	Salle des Moulins Saint-Cézaire	Difficile	
Dimanche 22 janvier	8h00	Raquettes	<i>En fonction de l'enneigement</i>	Facile	
Vendredi 3 février Samedi 4 février Dimanche 5 février	6h30	Randonnées raquettes en étoile	2 nuits en village de vacances <i>Inscription avant le 1^{er} décembre (*) Col Bayard</i>	Moyen	
Dimanche 19 février	8h00	Raquettes	<i>En fonction de l'enneigement</i>	Moyen	
Dimanche 25 mars	8h00	Nettoyage de printemps	St-Cézaire	h00	0 m
Dimanche 22 avril	8h00	Mont Vial	Estéron	5h00	800 m
Dimanche 12 mai	8h00	Vallon de la Bendola Vallon de la Bendola	Saorge - Vallée de la Roya	6h00 - 900 m - Difficile 4h00 - 450 m - Facile	3642ET 3841OT
Dimanche 27 mai	8h00	Les Fossiles des Colettes	Haut Estéron	4h00	300 m
Dimanche 10 juin	6h30	Les Gorges de Saint-Pierre	Haut-Verdon	5h00	600 m
Samedi 30 juin	6h30	Col de la Sestrière - Refuge du Col d'Allos	Haut-Verdon	4h30 - 700 m - Moyen	3540OT
Dimanche 1 ^{er} juillet		Col d'Allos - Rochegrand - Allos		7h00 - 250 m - Difficile 5h00 - 250 m - Moyen	

Programme de randonnée pouvant être modifié en fonction de l'indisponibilité des animateurs, des conditions météo ou de l'enneigement qui peuvent rendre certains itinéraires dangereux, ou donner envie de chausser les raquettes.

Consulter aussi le programme des Jeudis

Adhésion et Licence fédérale de randonnée pédestre (avec assurance) obligatoires.

Chaussures de marche indispensables et obligatoires.

Prévoir pique-nique, goûter, gourde, lampe, imperméable et anorak dans un sac à dos.

Renseignements : Arlette et Michel Clément - 04 93 60 24 12



LES RANDONNEES DU JEUDI		Durée	Dénivelée
Rendez-vous parking de Saint-Cézaire		Difficulté	IGN
Jeudi 8 septembre 8h00	Soleilhas – Verrailon <i>Estéron</i>	4h00 Facile	400 m 3542OT-3542ET
Jeudi 15 septembre 6h30	Lacs de Millefonds et Mont Pepouiri Lacs de Millefonds <i>Vésubie</i>	Moyen – 650 m – 5h00 Facile – 400 m – 4h00	3641ET
Jeudi 22 septembre 8h00	Crête de la Bernarde Crête de Crémou <i>Soleilhas</i>	Moyen – 650 m – 4h30 Facile – 450 m – 4h00	3542OT
Jeudi 29 septembre 6h30	Lacs Besson Lac de Trecolpas <i>Vésubie</i>	Difficile – 1000 m – 6h00 Moyen – 600 m – 4h30	3741OT
Jeudi 6 octobre 8h00	Bas Sumaure – Haut Agnerc <i>Entrevaux</i>	5h00 Moyen	600 m 3541OT
Jeudi 13 octobre 8h00	Sallagriffon – Mont St Martin Sallagriffon – Mont St Martin sans le sommet <i>Estéron</i>	Difficile – 750 m – 6h00 Moyen – 550 m – 5h00	3542ET- 3642ET
Jeudi 20 octobre 8h00	La Sagne – Ubraye – Le Touyet <i>Estéron</i>	5h00 Moyen	500m 3542OT
Jeudi 3 novembre 7h00	Puy de Rent Tête de l'Homme <i>Moyen Verdon</i>	Difficile – 1000 m – 7h00 Moyen – 500 m – 5h00	3541OT
Jeudi 10 novembre 8h00	Grès d'Annot	3h00 Facile	350 m 3541OT
Jeudi 17 novembre 8h00	Vallon de la Cabre – Sommet de Malavalette <i>Estérel</i>	6h00 Moyen	400 m 3544ET
Jeudi 24 novembre 7h00	Cap Lardier, Cap Taillat et Cap Camarat <i>Var</i>	5h00 Moyen	300 m 3545OT
Jeudi 1 ^{er} décembre 8h00	Tour de Briasq <i>Escagnolles</i>	5h30 Moyen	500 m 3543ET
Jeudi 8 décembre 8h00	La Baume – le Mandarom – les Granges <i>Castellane</i>	5h00 Facile	400 m 3542OT
Jeudi 15 décembre 7h00	Mont Macaron ou raquettes	5h00 Moyen	660 m 3742OT

Ce programme de randonnée peut être éventuellement modifié en fonction de l'indisponibilité des animateurs, des conditions météo ou de l'enneigement qui peuvent rendre certains itinéraires dangereux, ou donner envie de chausser les raquettes.

Consulter aussi le programme des Dimanches

Adhésion et Licence fédérale de randonnée pédestre (avec assurance) obligatoires.

Chaussures de marche indispensables et obligatoires.

Prévoir pique-nique, goûter, gourde, lampe frontale, imperméable, gants, bonnet, lunettes de soleil et anorak dans un sac à dos.

Renseignements : Arlette et Michel Clément - 04 93 60 24 12