

PROGRAMME CLUB

MARS - AVRIL 2017

LES RANDONNEURS HYÉROIS

« Les Copains d'abord »

14 rue Crivelli

83400 Hyères

☎ 04 94 65 55 31

💻 randonneurshyerois@gmail.com




Permanences :

Lundi 15h à 17h / Vendredi & Samedi 10h à 12h



« Un crapahut sur la montagne de la Loube » - Jeudi 19 janvier 2017

SEMAINE DU 1 AU 5 MARS 2017

DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHE	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHE	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Merc 1	9h30						MARCHE AQUATIQUE: Le lieu de départ de la marche sera communiqué la veille par mail en fonction du vent. RDV sinon Espace 3000.	Alain C
Jeudi 2	7h45	**	60km	16km	800m	6h00	PUGET VILLE: Ruine St Sauveur, Rocbaron, La Garduelle, Col de la Bigue, Les Pelades, Chapelle St Philomène. Trajet routier suggéré.	Cathy J. Christian M.
Jeudi 2	8h30	*	110km	14km	200m	5h00	LE CANNET des MAURES: Rando au milieu des fleurs de la plaine des ESCARCETS. Départ Espace 3000.	Philippe C J-Paul B
Jeudi 2	9h00	Douce	40km	10km	300m	4h00	BORMES: Les Janets, La Grande Berle, Val de Guillen, Pique-nique, Col de Gratteloup, Vallon de Maudroume. Départ Espace 3000.	Roger M
Ven 3	13h30		30km	6,2km	200m	3h00	LA LONDE: Signal du Favauquet, Dolmen de Gaoutabry, la Cabre. Départ Espace 3000. IGN 3446 OT.	Jean B Pierre P
Sam 4	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 5	9h00	*	80km	14km	300m	6h00	BESSE SUR ISSOLE: St Quinis. Allure modérée. Départ Parking Versin.	Josiane L

SEMAINE DU 6 AU 12 MARS 2017


Lundi 6							CASTERINO: Séjour Raquettes (voir annonce déjà parue) su 6 au 12 mars 2017.	Roger M
Lundi 6	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 7	7h30	**	140km	16km	850m	5h00	AUBAGNE: Le Garlaban. Puits de Raimu, Grotte de Manon, Sommet du Garlaban, Pic du Taoumé, Tête Ronde. Carte IGN 3245 ET.	Jean B Pierre P
Mardi 7	13h30	*	16km	8km	340m	3h00	HYERES-BORRELS: Départ crapa du 2ème Borrels. Départ Espace 3000.	J-Marc L
Jeudi 9	7h45	**	150km	18km	500m	5h30	ST ANTONIN DU VAR: Entrecasteaux. La Natte, Cagnosc, Mentone, les Colles, château d'Entrecasteaux, les Bastides d'Estelle. Carte 3443OT. Départ Espace 3000.	J-Paul B Philippe C
Jeudi 9	8h15	**	70km	18km	450m	6h00	GONFARON: ND des Anges avec grillades à midi. Inscription au local. 20 places en cas de mauvais temps. 10 euros, tout compris, prévoir le couvert. Départ Espace 3000.	François J Josiane L
Dim 12	8h30	**	36km	18km	600m	6h00	SIGNES: Marseillaise-Haut, Cauvet, Baou Serein, Bergeries Maigres-Agnis.	J-Louis D Janine H




DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHÉ	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHÉ	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
------	--------	--------	----------------	--------------------	-----------------	-----------------	------------------------	------------

SEMAINE DU 13 AU 19 MARS 2017

Lundi 13	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 14	9h00	*	35km	13km	450m	4h30	LE BEAUSSET: Circuit du Beausset Vieux, par le Chemin des Oratoires, l'Abus et le Vieux Chemin de Marseille à Toulon. Carte N° 3346 OT. Un grand classique dans notre région. Trajet routier suggéré. Départ Espace 3000.	Georges P Alain C
Mardi 14	13H30	*	40km	9km	250m	3h00	BELGENTIER: Vallon St Michel. Départ Espace 3000.	Josiane L
Merc 15	8h00	**	10km				Préparation fête randonnée. Reconnaissances Postes de sécurité, zones de patrouilles et balisage avec animateurs concernés. Détails communiqués lors réunion animateurs du 8 février et réunion Prog du 8 mars.	J-Paul B Philippe C
Merc 15	9h30						MARCHE AQUATIQUE: Le lieu de départ de la marche sera communiqué la veille par mail en fonction du vent. RDV sinon Espace 3000.	Alain C
Jeudi 16	8h00	**	64km	14km	550m	5h30	MEOUNES: La Chartreuse de Montrieux, les Aiguilles de Valbelle. Site enchanteur. Géologie étonnante. Carte IGN 3345OT. Départ Espace 3000.	François J Nadine B
Jeudi 16	9h30	Douce	38km	8km	280m	4h00	SOLLIES-PONT: De la Chapelle Ste Christine à ND de Santé Cuers. Départ Espace 3000.	J-Marc L
Sam 18							3ème EPREUVE DU CHALLENGE UFOLEP 83 DE MARCHE NORDIQUE. GONFARON. Plus d'infos sur les parcours, modalités d'inscription etc. par mail.	J-Marc G Régine B
Dim 19	8h00	*** Noire	80km	26km	1350m	7h00	SIGNES: Vers la croix du Paradis. Gorges de Lavène, pont du Diable, Pas de l'Ail, Paradis, Paneyrolle, GR9. 3345OT. Trajet routier suggéré. Allure soutenue. Passages délicats en rocher.	Gérard S J-Marc G
Dim 19	9h00	*	44km	16km	450m	5h30	BORMES LES MIMOSAS: Pas de la Griotte, Bormes, Barrage de Sabran, domaine de l'Estagnol, la plage, retour par les fourches.	Nadine B Chantal M


SEMAINE DU 20 AU 26 MARS 2017

Lundi 20	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 21	8h00	**	40km	13km	700m	5h30	TOULON: Le Faron, départ de la gare du téléphérique et montée directe par un vallon très raide, La suite est classique avec un passage par la tour de l'Ubac. IGN 3346 OT.	Alain C Georges P



DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHE	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHE	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Mardi 21	8h30		130km	10km	300m	4h30	CASSIS: Calanques. Port-Miou, Port-Pin, Plateau d'En-Vau. Rando à la journée. Prévoir pique-nique. Sur inscription auprès de l'animateur. Limitée à 12 participants. Frais d'autoroute. Départ Espace 3000. IGN 3245 ET	Jean B Pierre P
Mardi 21	9h	*	60km	14km	350m	4h30	SOLLIES-TOUCAS: La forêt des Morières, les grottes, la stèle. Départ Espace 3000.	J-Marc L
Mardi 21	13h30	*	30km	8km	300m	3h00	BORMES les Mimosas: Le cimetière, Col du Landon. Départ Espace 3000.	Josiane L
Merc 22	9h30						MARCHE AQUATIQUE: Le lieu de départ de la marche sera communiqué la veille par mail en fonction du vent. RDV sinon Espace 3000.	Alain C
Jeudi 23	7h30	**	84km	24,4km	800m	6h30	LA ROQUEBRUSSANNE : Grande Colle, Le Cros Négadis, Jas du Murier, Agnis, l' Eouvière. Parcours un peu plus long mais sans difficulté faisable pour tous ceux qui ont l'habitude de marcher avec nous. Trajet routier suggéré.	Cathy J Christian M
Jeudi 23	9h30	Douce	82km	9km	280m	4h00	COLLOBRIERES : La Chartreuse de la Verne, le Pera par la suvière. Départ Espace 3000.	J-Marc L
Sam 25	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 26							PASSAGE A L' HEURE D'ÉTÉ. A 2 heures il sera 3 heures !	
Dim 26	8h30	**	100km	17km	500m	6h00	ROUGIERS : Ruines du castrum St Jean, Piste de cambon, les quatre chênes, crêtes du défens.	J-Fçois LT
Dim 26	8h00	***	100km	22km	1100m	6h00	LA CELLE-GAREOULT : La Celle, L'Amarron, Garbelle, Candelon. Carte 3444 OT. Trajet routier suggéré.	Fçoise B J-Marc G


SEMAINE DU 27 MARS AU 2 AVRIL 2017

Lundi 27	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 28							NAPLES: Séjour dans toute la région. Le Vésuve, Pompéi, randonnées sur la péninsule amalfitaine, Capri. Séjour complet. Sur liste d'attente. Du mardi 28 mars au mardi 5 avril.	Alain C
Mardi 28	7h30	**	110km	18km	300m	6h00	CABASSE: Les vanaux, pylônes, oppidum, les plaines de brauch, Domaine de mazagran, pierre olantée retour cabasse. Départ Espace 3000.	Philippe C J-Paul B
Mardi 28	8h45	*	84km	13km	250m	4h00	FLASSANS: Les Montauds de Rouvède. Vaubereau, Lac Redon, Château de Pontevés. Départ Espace 3000. Carte IGN 3444 OT/ 3445 OT	Jean B Pierre P

DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHÉ	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHÉ	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Mardi 28	13h30	*	50km	11km	350m	3h30	BORMES: Baraque de Bargean. Col du pommier, piste de Labade. Départ Espace 3000.	Josiane L
Merc 29	8h00	**	10km				Préparation fête randonnée. Reconnaissances Postes de sécurité, zones de patrouilles et balisage avec animateurs concernés. Détails communiqués lors réunion animateurs du 8 février et réunion Prog du 8 mars.	J-Paul B Philippe C
Jeudi 30	8h00	**	45km	15km	700m	6h00	BORMES: ND de Constance(13è s) et les 3 cols sur Bormes. Château, montée des oratoires, chapelle, cols de Caguo-Ven, de Gratteloup, du Landon. Rando entre le Moyen Âge et 2017. Carte IGN 3446. Départ Espace 3000.	François J Nadine B
Jeudi 30	9h00	douce	65km	10km	250m	4h00	LE LAVANDOU: Col de Barral, L'Aire du Lac, Barral, Pique-nique, Pré de Roustan,GR 5. Départ Espace 3000.	Roger M
Sam 1							4ème EPREUVE DU CHALLENGE UFOLEP 83 DE MARCHÉ NORDIQUE : Plus d'infos sur les parcours, modalités d'inscription, etc. par mail.	J-Marc G Régine B
Dim 2	9h00	*	42km	13,5km	400m	5h00	PIERREFEU: Circuit de la Portanière, direction chemin de Sauvecanne,les Cogolins, Crête Montel, Piste de la Saute,retour par le GR, les Davids.	Nadine B Chantal M

SEMAINE DU 3 AU 9 AVRIL 2017

Lundi 3	8h30						MARCHÉ NORDIQUE : Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 4	7h30	**	96km	19,5km	500m	6h00	FLASSANS/ISSOLE: La Grande Bastide, La Tine, Le Hameau de St André, Domaine de Terrebonne, Pont ancien, Château de Pontevès.Trajet routier suggéré.	Cathy J Christian M
Mardi 4	8h30	*	80km	13km	450m	6h00	GONFARON: Le lac,cloboyer, garavan,chapelle st quinis,piero,counto couptau,arrive au lac. Sans difficultés. Départ Espace 3000.	Maurice G
Mardi 4	13h30		40km	6,5km	200m	3h00	BORMES: Pas de La Griotte, entour du Barrage de Brégançon. Départ Espace 3000. IGN 3446 ET.	Jean B Pierre P
Merc 5	14h00						Atelier balisage fête rando. RDV au local pour randonneurs intéressés. Sur inscription auprès de l'animateur. Max 10 personnes. Goûter offert par le club. Apporter une paire de ciseaux. Fin vers 17h00.	J-Paul B Philippe C
Jeudi 6	7h30	**	58km	19,5km	800m	6h30	MEOUNES: La Tête du Camps, Le Clos Arbec, St Thomé, La Plane de Séouve, Les Pouveries. Trajet routier suggéré.	Pierre P Cathy J



DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHE	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHE	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Vend 7							HAUTES-ALPES: Séjour week-end avec Thomas du 7 au 9/04.	Roger M
Sam 8	7h00		40km				HYERES: Les Bertrands. Entretien des drailles avec les chasseurs de l'ACCH. Travail le matin puis déjeuner pris en commun sorti du sac. Inscription auprès de l'animateur. Départ place Versin.	J-Paul B
Sam 8	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 9	8h00	***	80km	23km	800m	6h30	CHARTREUSE DE LA VERNE : Croix de St Anselme, Boulin, Chartreuse, Ragusse, Péra, radar Météo, Marescau. 3445OT. Trajet routier suggéré. Allure soutenue.	Gérard S J-Marc G
Dim 9	8h30	**	180km	15km	650m	6h00	LE THOLONET: La Ste Victoire. Refuge Cézanne, le pas de l'Escalette, Barrage du Bimont, Barrage Zola.	J-Fçois LT

SEMAINE DU 10 AU 16 AVRIL 2017

Lundi 10	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 11	7h00	** Noire	186km	15,5km	800m	5h30	ST-ANTONIN/BAYON: Ste Victoire 3 bis. Du Pont d'Enchois à l'Hermitage de St Ser, par le refuge Cézane, la Marbrière et le refuge Bodino. Sentier sous crête comportant des passages rocheux en balcon. 3244 ET. Rotation de voitures, trajet routier suggéré.	Georges P Michel B
Mardi 11	8h30	*	80km	13km	500m	6h00	NANS LES PINS: Jas de Boyer, les Aumedes, Source de l'Huveaunne, Mantelete, retour a Nans, sans difficultés. Départ Espace 3000.	Maurice G
Mardi 11	13h30	*	18km	8km	220m	3h00	CARQUEIRANNE: La colle noire les oursinières par la mine. Départ Espace 3000.	J-Marc L
Merc 12	8h00	**	10km				Préparation fête randonnée. Reconnaissances Postes de sécurité, zones de patrouilles et balisage avec animateurs concernés. Détails communiqués lors réunion animateurs du 8 février et réunion Prog du 8 mars.	J-Paul B Philippe C
Jeudi 13	7h30	**	180km	20km	500m	6h30	AUPS: Col de la bigue, la colle, Régusse, Moissac-Bellevue, le défens de la colle, la bellouguette. Départ Espace 3000.	Philippe C J-Paul B
Jeudi 13	8h30	*	98km	10km	350m	5h30	LA CELLE: Visite de l' Abbaye de la Celle (12ème S) et circuit sous la Colle de Bissou. Près de Brignoles, une magnifique restauration dans le pur art roman. IGN 3345 OT. Départ Espace 3000.	François J

DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHÉ	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHÉ	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Sam 15	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 16	8h00	***	120km	22km	1150m	6h00	LA LARE-STE BAUME : Plan d'Aups crête de la Lare, Tour de Cauvin, Pic de Bertagne, Vallon de Betton. 3245 ET. Trajet routier suggéré.	Fçoise B J-Marc G
Dim 16	8h30	**	85km	17km	600m	6h00	FORCALQUEIRET: Le Castellas, Terres Blanches, La verrerie, Fray Long.	J-Fçois LT
Dim 16	8h30	**	60km	17km	600m	6h00	MEOUNES : Agnis, Puits de l'éouvière, Jas d'Agnis, Bramapan, Vigne Groussière, Pey ferrier.	J-Fçois LT

SEMAINE DU 17 AU 23 AVRIL 2017

Lundi 17	8h30						MARCHE NORDIQUE: Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 18	7h00	**	180km	13km	400m	4h30	LE THOLONET. St Victoire. Rando proposée par nos amis d'Aix en Provence (AEP) et partagée également avec nos amis Allemands. Au départ de Roques Hautes, le refuge cézane, Pas de l'Escalette (montée rocailleuse), le barrage Bimont et retour par l'aqueduc de Houdon. Carte 3244ET. Trajet routier suggéré.	Georges P Alain C
Mardi 18	9h	*	60km	13km	450m	5h00	LE REVEST: Le Grand Cap, la Pyramide de Cassini, Aven du Caveau, Tour de Vidal, Cols des Mort. Sans difficultés. Départ Espace 3000.	Maurice G
Merc 19	9h00						MARCHE AQUATIQUE: Le lieu de départ de la marche sera communiqué la veille par mail en fonction du vent. RDV sinon Espace 3000.	Alain C
Merc 19	14h00						Atelier balisage fête rando. RDV au local pour randonneurs intéressés. Sur inscription auprès de l'animateur. Max 10 personnes. Goûter offert par le club. Apporter une paire de ciseaux. Fin vers 17h00	J-Paul B Philippe C
Jeudi 20	9h00	douce	80km	11km	350m	4h00	PIGNANS: La Serre , La Sugue, Pique-nique, Les Ginestes, Serre-Long, la Bourelle. Départ Espace 3000.	Roger M
Jeudi 20	7h45	**	62km	19km	450m	6h00	SIGNES: Cros des amandiers, Les Sambles, Planier, Maramoye, Les Guillerets, Eléphant de pierre. Trajet routier suggéré. Carte 3346 OT.	Christian M Cathy J
Jeudi 20	8h45	*	82km	14km	400m	5h00	Ste ANNE DU CASTELLET: La Roche Redonne, le Camp, les Plaines, le Camp de Penon, Font de Marc. Fours à chaux, cade et poix. Deux descentes un peu raides. 3245 ET & 3345 OT. Départ Espace 3000.	J-Paul B Philippe C

DATE	DÉPART	NIVEAU	VOITURE A/R	DISTANCE MARCHÉ	DÉNIVELÉ +/-	TEMPS MARCHÉ	DESCRIPTION ITINÉRAIRE	ANIMATEURS
Sam 22	8h00	**	30km	14km	600m	5h00	LA FARLEDE-SOLLIES-VILLE : Oppidum Matheron par le Baou Rouge, la table d'orientation par le chemin de Tintin puis repas à l'ombre des mûriers, au restaurant "les Gour'Mandines" (sur inscription auprès de l'animateur). Retour par le chemin de l'eau. 3346 OT. Pas de hors sentiers ni de difficultés particulières. Trajet routier suggéré.	Georges P
Sam 22	8h30						MARCHE NORDIQUE : Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 23	9h30	*	36km	13km	300m	4h30	TOULON : Anse Méjean, Tour royale par le littoral et plage du Mourillon.	J-Fçois LT

SEMAINE DU 24 AU 30 AVRIL 2017

Lundi 24	8h30						MARCHE NORDIQUE : Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Mardi 25	9h00	*	22km	12km	250m	4h30	HYERES : Presqu'île de Giens (Est). Village, la Polynésie, Tour fondue, Cap de l'Estérel, Rade de la Badine. Départ Espace 3000.	J-Paul B Philippe C
Mardi 25	13h30	*	30km	8km	300m	3h30	LA NAVARRE : Lac de Montbel. Allure tranquille.	J-Marc L
Merc 26	8h00	**	10km				Préparation fête randonnée. Reconnaissances Postes de sécurité, zones de patrouilles et balisage avec animateurs concernés. Détails communiqués lors réunion animateurs du 8 février et réunion Prog du 8 mars.	J-Paul B Philippe C
Merc 26	9h00						MARCHE AQUATIQUE : Le lieu de départ de la marche sera communiqué la veille par mail en fonction du vent. RDV sinon Espace 3000.	Alain C
Merc 26	14h00						Atelier balisage fête rando. RDV au local pour randonneurs intéressés. Sur inscript° auprès de l'animateur. Max 10 pers. Goûter offert par le club. Apporter paire de ciseaux. Fin vers 17h	J-Paul B Philippe C
Jeudi 27	7h30	**	160km	15km	730m	5h00	TRETS : La montagne de Regagnas. Kirbon, la Serignane, le Regagnas, pas de la Couelle, Ermitage Saint Jean du Puy. IGN 3244 ET.	Jean B J-Fçois N
Jeudi 27	8h00	**	84km	16km	600m	5h30	COGOLIN : Oppidum de Montjean. Aucune difficulté. De beaux points de vue sur St Tropez et Cavalaire. Rando menée par Madeleine Z.	Alain C
vend 28	13h30		14km	6,5km	200m	3h00	LA CRAU : Les Goys Fourniers, Castel Rouard, ND Fenouillet. Départ Espace 3000. IGN 3446 OT.	Jean B Pierre P
Sam 29	8h30						MARCHE NORDIQUE : Les lieux seront définis en accord avec les participants. Départ Espace 3000.	Régine B
Dim 30	8h30	**	20km	15km	700m	5h00	SOLLIES-TOUCAS : Sainte Christine, Castellas, Oppidum, 3 Bœufs, Valcros, Castellas.	J-Louis D Janine H