

G.R SAINT TRONC

PROGRAMME des RANDOS des mois de Septembre à Décembre 2017

(Sous réserve des conditions météo compatibles avec la rando)



RENDEZ-VOUS à : 8 h 45 (sauf indication différente sur la FIR)

P1 : Sentier facile	T1 :En balcon + rochers
P2 :Dénivellations fréquentes	T2 :Ressauts rocheux.
P3 :Eboulis.Pente importante	T3 :Câbles ou Chaîne

Dates	Anim,	Randonnées	KM	Dénivelé	Difficulté
Lundi 30/10/2017 Vac scol	J-Louis	Fos , Circuit des 4 Etangs	13 4h00	120	P2-T1
Lundi 06/11/2017	J Paul	Le Castellet - Tête de cade - Maison des 4 frères	13,5 4h30	325	P2-T1
Jeudi 09/11/2017	Michèle Gérald	Rando promenade - Pont de Gau (Ste Marie de la Mer) Entrés parc ornitho 6 € si groupe > 15 personnes	4 2h00		P0
Lundi 13/11/2017	Gilbert J-Pierre	Aix - Tour du plateau de Cengle	15 5 h00	300	P2-T1
Samedi 18/11/2017	Richard	Rando AVH Vigie du Régagnas	10 4h00	390	P2-T1
Lundi 20,11,2017	Gérald	Rougiers - L'oppidum de Piegu	13,2 5h00	430	P2-T2
Lundi 27,11,2017	J Paul	Mazaugues - Vallon des cerisiers	13 4h30	470	P2-T1
Lundi 04/12/2017	Camille	Téléthon - Luminy-Escampons Repas sous la falaise des toits	11 4h	570	P2-T2
Jeudi 07/12/2017	Michèle	Centre Bourse - Musée Histoire			
Lundi 11/12/2017	Daniel	Calanques - Baumettes - Sormiou - Morgiou	9,4 5h00	730	P2-T3
Jeudi 14/12/2017	J Louis	Rando + La Gardiole -Cirque des Pételins- Vallon de la fenêtre	11 5h30	500	P2-T3
Lundi 18/12/2017	J Paul Richard	St Jean du Puy - Grillades Pas de la Couelle-Col de Ribierre-St Jean du Puy	5,7	165	P1-T1

Pour votre sécurité, la majorité des chemins que nous empruntons étant très caillouteux :

le port de chaussures de randonnées (tige haute) est obligatoire.

Daniel: 06 59 68 53 27 / 04 91 75 47 39 ----- Gérald : 06 70 07 53 76 / 04 91 07 30 78

Gilbert: 06 56 77 36 48 ----- Jean-Paul : 06 72 91 25 50 / 04 42 04 42 56

Jean-Louis : 06 19 86 73 67 / 04 91 89 51 76 ----- Richard : 06 12 70 24 03 / 04 86 36 83 58

Jean-Pierre : 06 23 29 25 50 / 04 91 52 01 98