

G.R SAINT TRONC

PROGRAMME des RANDOS des mois de Septembre Octobre 2018

(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 17/09/2018	J Louis	La Gardiole - Port Pin par la Fontasse , le Portalet	11 km 3h30	400	P2-T2
Jeudi 20/09/2018	Gilbert	Rando + Refuge Baudino	10 km 5 h 30	570	P2/T2+
Lundi 24/09/2018	Gilbert	Sources de l'Huveaune <i>Prendre une lampe frontale</i>	13 km 5h	400	P2-T2
Jeudi 27/09/2018	Gerald Christine Gilbert	Marche du centenaire - Luynes Organisation FFRP			
Lundi 01/10/2018	Gérald	Carces - Chutes du Caramy Départ 8 h00	13 km 5h00	260	P2/T2
Jeudi 04/10/2018	Daniel	Rando ville - La Joliette La Joliette Inscription auprès de Daniel			
Lundi 08/10/2018	J Paul	Régagnas par le vallon de la Barome	16 km 5 h 00	410	P2/T1
Jeudi 11/10/2018	J Louis	Rando + Etoile - Crêtes et Vallon	12 km 5h15	500	P2/T2
Lundi 15/10/2018	Richard	Rocher de 11h - Mont Olympe	14 km 5h30	630	P2/T2
Lundi 22/10/2018	Daniel	Miramas le Vieux Départ 8h00	11,6 km 5h00	400	P2/T2
Vac scol					
Jeudi 25/10/2018	J Paul	Rando promenade Régagnas par le chemin de la Mireille	7 km 3h30	300	P1/T1
Vac scol					
Samedi 27/10/2018	Richard	Rando AVH - Kirbon	10 km	200	P1/T1
Lundi 29/10/2018	J Pierre	Pastre - Marseilleveyre	9 km 5h00	700	P2/T2
Vac scol					
Lundi 05/11/2018	J Louis	Chateauneuf les Martigues	15 km 5h00	400	P2/T2

Jeudi	J Pierre	Rando promenade	5 km		
08/11/2017		La Cadiere d'Azur		100	P1/T1
			2h30		
Lundi	Gilbert	Allauch - La Parloire	13 km		
12/11/2018				400	P2/T2
			5h00		
Jeudi	Christine	Rando découverte St Pons			
15/11/2018		Avec visite guidée - Inscription auprès de Christine			

**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

Gilbert : 06 56 77 36 48 ----- Jean-Pierre : 06 23 29 25 50 / 04 91 52 01 98