

G.R. SAINT TRONC

PROGRAMME des RANDOS des mois de Septembre Octobre 2019

(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

Pour les activités en dehors
des lundis, penser à vous inscrire
auprès de l'animateur concerné

Dates	Vac Scol.	Anim.	Randonnées	Dep Ant.	Distance	Dénivelé (en m)	Difficulté
					Durée		
Lundi 16/09/2019		J Paul	Port d'Alon		10 km 4h00	250	P2/T2
Jeudi 15/11/2018			Relache				
Lundi 23/09/2019		J Pierre	Le Rove - Les 3 Calanques		13,5 km 5h30	430	P2/T3
Jeudi 26/09/2019		Christine	Marégraphe + Rando ville Malmousque Visite guidée - Inscription auprès de Christine		voir FIR		
Lundi 30/09/2019		J Pierre	Ocres de Mormoiron	8h	10,5 km 4h30	250	P2/T1
Jeudi 03/10/2019			Relache				
Lundi 07/10/2019		Richard	Sentier des vigneron de Puyloubier		10 km 4 h	155	P2/T1
Jeudi 10/10/2019		Gérald	Rando douce : Pichauris		7 km 3 h	150	P1/T1
Lundi 14/10/2019		J Louis	Vieux Rougiers		14 km 4h30	460	P2/T2
Jeudi 17/10/2019		Christine	Rando découverte: Bibemus (visite guidée) Zola Inscription Christine		7 km 3h	260	P1/T1
Lundi 21/10/2019	vs	Gérald	St Julien les Martigues		12 km 4h30	350	P2/T1
Jeudi 24/10/2019	vs	J Pierre	Rando + : Petit tour du Ventoux		13,5 km 6h30	1000	P3/T2
Lundi 28/10/2019	vs	J Paul	St Zacharie-Vallon de l'Espagnol - Sambuc		13 km 4h30	350	P1/T1
Jeudi 31/10/2019	vs	Gilbert	Rando douce - Gréasque sentier minier		9 km 3 h	150	P1/T1
Lundi 04/11/2019		Gilbert	Ste Victoire - Refuge Baudino		10 km 4h30	550	P2/T2
Jeudi 07/11/2019		Gilbert	Rando + : Ste Victoire - Croix de Provence		12 km 5h30	730	P2/T2*
Lundi 11/11/2019		J Louis	Etoile - Vallon Figuiere - Aire de la Moue		12 km 5h30	400	P2/T2
Jeudi 14/11/2019		Christine	Rando découverte - Visite Nougaterie Fouque Signes + Chemin des oratoires Inscription Christine		7 km 3 h	300	P1/T1
Lundi 18/11/2019		Gérald	St Cannat - Fontaine Doudonne		15 km 5h30	250	P2/T2

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