

G.R. SAINT TRONC

PROGRAMME des RANDOS des mois de Octobre Novembre Décembre 2022 (04/11/2022)

(Sous réserve des conditions météo compatibles avec la rando)



Heure de Rendez-vous précisée dans la FIR

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

Pensez à vous inscrire auprès de l'animateur concerné

| Dates | Vac Scol. | Anim. | Randonnées | Depart | Distance | Dénivelé (en m) | Difficulté |
|---------------------|-----------|------------|---|--------|----------------|-----------------|------------|
| | | | | | Durée | | |
| Lundi 17/10/2022 | | J. Pierre | Mont Olympe / Rocher de Onze heures | | 14,6km 5h30 | 600m | P2/T2 |
| Lundi 24/10/2022 | vs | Gilbert | Les 3 calanques | | 14km 5h | 400m | P2/T2 |
| Jeudi | | | | | | | |
| Lundi 31/10/2022 | vs | Jean Paul | Saint Julien Les Martigues | | 13,6km 5h | 320m | P1/T1 |
| Jeudi | | | | | | | |
| Lundi 07/11/2022 | | J.Louis | Col des Fauges / Vallon Betton | | 14km 5h30 | 560m | P2/T2 |
| Jeudi | | | | | | | |
| Lundi 14/11/2022 | | Richard | La Vigie du Régagnas | | 10km 4h | 350m | P2/T2 |
| Jeudi | | | | | | | |
| Lundi 21/11/2022 | | Gérald | Le Bau Trauqua / Tête du Grand Puech | | 10km 5h | 540m | P2/T2 |
| Jeudi | | | | | | | |
| Lundi 28/11/2022 | | Jean Paul | Le Thoronet | | 13,5km 5h | 275m | P1/T1 |
| Jeudi 01/12/2022 | | Daniel | Rando Citadine "Le Ventre de Marseille" Inscriptions ; contacter Daniel au 06 59 68 53 27 | | 6 km 3h | | |
| Lundi 05/12/2022 | | Gérald/JPG | Rando (à préciser) + Grillades et Téléthon Participation 10€ / personne (en espèces-merci) | | | | |
| Lundi 12/12/2022 | | J.Pierre | Les Calanques Titou et Ninou | | 8km 5h | 625m | P2/T2 |
| Lundi 19/12/2022 | | J.Louis | Sainte Victoire / Chapelle Saint Cer | | 10km 5h | 500m | P2/T2 |

Gérald : 06 70 07 53 76

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

Jean-Louis : 06 19 86 73 67 ----- Richard : 06 12 70 24 03

Robert : 06 49 07 64 27 ---- -----Jean-Pierre : 06 23 29 25 50