

RANDO CLUB RAPHAËLOIS

Saint – Raphaël



Site : www.randoraphaelois.com
 Email : RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr
 Tel : 04 94 95 38 44
 06 81 44 84 73



Club affilié



PROGRAMME AVRIL 2010

Dates	Lieu D: dist. d: dénivelé T: durée PH: pt. haut	Carte I G N	Niveau	Trace G P S	Animateur Tel.	Heure et lieu de départ
Jeudi 1er ½ journée	Estérel sémaphore retour par les ferrières D: 10 km T: 3h30	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	13 h 30 Agay place du Togo
Lundi 5	Garéoult sommet de l'Amarron (83) D: 20 km d: 800m T: 6h30 PH: 770m	3345 OT	B M	oui	Michel G. 04 94 95 64 13	7 h 30
Jeudi 8 ½ journée	Le Rastel d'Agay D: 9 km d: 200m T: 3h	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	13h30 Agay place du Togo
Dim. 11	Breil sur Roya (06) D: 14 km d: 600m T: 6h	3841 OT 3741 ET	B M		Gérard J. 04 94 53 17 96	7 h
Jeudi 15 ½ journée	St-Raphaël le Castellas D: 12 km d: 200m T: 4h	3544 ET	T M		René D. 06 07 36 40 55	13h30 Pkg Leclerc
17 au 24	Séjour au Maroc avec J.P. Bourse Complet					
Dim. 18	Grimaud Maures circuit de l'Hermitage (83) D: 12km d: 400m T: 4h PH: 500m	3445 OT 3545 OT	T M		Jean B. 04 94 83 66 78	8 h 30
	Critérium de La Tour sur Tinée (06) Contacter Gérard Roux 06 86 18 25 60 Sur inscription 21 km pour 1370m de dénivelé					A déterminer
Jeudi 22	Seillans-Callians villages perchés (83) D: 15 km d: 200m T: 5h trajet aller simple	3543 ET 3543 OT	T M		René D 06 07 36 40 55	8 h 30 Clos de la Tour
Dim. 25	Nans les sources de l'Huveaune chap ND d'Orgnon D: 26km d: 1000m T: 7h PH: 650m	3345 OT 3245 ET	T B M	oui	Michel G. 04 94 95 64 13	7 h
Jeudi 29	Réunion mensuelle maison des associations rue de la Soleillette					20 h

Projets :

Mai : Ténérife avec D. et S. Ponzio. Complet
 Mai : week-end de Pentecôte (22 – 23 – 24) dans la Drôme provençale avec M. Gall (gîte de Montaulieu -26)
 Juillet : du 10 au 17, séjour à Praz sur Arly avec D. et S. Ponzio et J-M. Rocher
 Juillet : du 10 au 14, Ceillac en Queyras avec J. Bertin et G. Jégo
 Juillet : week-end Le mont Clapier, refuge de Nice du 30 juillet au 1^{er} août avec B. Gallet
 26 septembre Quinson ; rando et visite du musée de la préhistoire avec M. Gall. (sur inscription)

Les départs se font du parking du **CLOS DE LA TOUR à FREJUS** aux heures indiquées ci-dessus. **Le transport** se fait par **co-voiturage** avec participation aux frais. Les randonnées peuvent être modifiées ou annulées suivant les conditions météo ou autres événements. Les personnes non membres du Rando Club Raphaëlois acquittent une participation de **5 €** pour la sortie (hors frais de route). **Un équipement correct est exigé** : chaussures à tiges hautes, sac avec pique-nique et de l'eau en quantité suffisante. Il est souhaitable que chacun dispose d'une **trousse de secours**, couverture de survie etc... Pour des raisons de sécurité, il est demandé de respecter le niveau de la randonnée :

T B M : très bons marcheurs **B M** : bons marcheurs **T M** : tous marcheurs

Vous pouvez consulter le site du rando club raphaëlois à l'adresse suivante : www.randoraphaelois.com

Pour tout renseignement complémentaire, écrire à RANDOCLUBRAPHAELOIS@free.fr ou tel : 06 81 44 84 73