

# RANDO CLUB RAPHAËLOIS

Saint – Raphaël



Site : [www.randoraphaelois.com](http://www.randoraphaelois.com)  
 Email : [RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr](mailto:RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr)  
 Tel : 04 94 95 38 44  
 06 81 44 84 73

Club affilié **FFRandonnée**  
[www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr)



## PROGRAMME JUILLET 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
Dim. 4	Daluis traversée Mélina / Travers (06) D: 21 km d: 1350 m PH: 2207 m T: 7h traversée d'un cours d'eau serviette + chaussures d'eau	3540 ET	T B M	oui	Michel V. 04 94 83 65 76	6 h 30
Du 10 au 17	Séjour à Praz sur Arly (74) avec Sauveur et Jean-Marc		06 81 44 84 73			
Du 10 au 14	Séjour dans le Queyras avec Josiane et Gérard		04 94 53 17 96			
Dim. 25	Madone de Fenestre baisse de Férisson Cime de la Valette lacs de Prals (06) D: 15 km d: 800m PH: 2496 m T: 5h	3741 OT	B M		Gérard J. 04 94 53 17 96	7 h
Jeudi 29	Réunion mensuelle salle Ortolan 20 h 30 Réunion à 20 h pour les participants au week-end à Castérino et le week-end du 15 août					
Sam. 31 Dim. 1er	Week-end à Castérino (06) Nuit au refuge de Valmasque Souvent hors sentiers	3741 OT 3841 OT	T B M	oui	Michel V. 04 94 83 65 76	

### Projets :

- > 14 et 15 août - week-end. Nuit en refuge à St Dalmas le Selvage. (06)
- J 1 : refuge de Sestrière / Col de la Braïssa / col de la Sanguinière
- J 2 : lacs de Vens avec Josiane et Gérard
- > 26 septembre : Quinson. (04) Rando suivie de la visite du musée de la préhistoire avec M. Gall. (sur inscription)
- > 2 au 9 octobre : de Menton à Fréjus avec portage. TBM. Avec Solange.
- > 9 au 17 octobre : semaine varoise de la randonnée pédestre.
- > à l'étude un week-end début novembre.

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](http://www.randoraphaelois.com)

Pour tout renseignement complémentaire, écrire à [RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr](mailto:RANDOCLUBRAPHAËLOIS@free.fr) ou tel : 06 81 44 84 73

