

# 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

## PROGRAMME SEPTEMBRE 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 5	Forum des associations sportives à Agay Col du cap Roux D: 10km d: 400m T: 4h	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	9 h place du Togo
	N.D. de Fenestre (06) cime de l'Agnellière, de Juisset, du Pisset (itinéraire en partie hors sentier) D: 13 km d: 950m T: 6h PH: 2700m	3741 OT	T B M	oui	Michel V. 04 94 83 65 76	6 h 30
Mer 8	Estérel Baisse des charretiers par le col du Pommier D: 15 km d: 500m T: 5h	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	13 h 30 Pkg Leclerc
Dim 12	Pierlas (06) tour du Mont de Lieuche D: 12km d: 550m T: 5h	3641 OT	T M		Jean B. 04 94 83 66 78	7 h
Mer 15	Estérel Petite et grande Grue par le col de la Cadière D :10 km d : 330m T : 4h	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	13 h 30 Pkg Leclerc
Dim 19	Rocbaron (83) Trou du bœuf D: 15 km d: 400m T: 5h PH: 570m	3445 OT	T M	oui	Sauveur P. 06 81 44 84 73	8 h
Jeudi 23	Caillan à Belluny (83) sentier des villages perchés D: 15 km d: 400m T: 5h PH: 400m	3543 ET	T M		René D. 06 07 36 40 55	8 h 30 Clos de la tour
Dim 26	Quinson (04) sur inscription (déplacement en car) Matin : chapelle Ste Maxime D: 10km d: 400m T: 3h PH: 550m A.M. : visite du musée de la préhistoire	3343 OT	T M	oui	Michel G. 04 94 95 64 13	7 h 30
Mer 29	Estérel Rastel d'Agay D: 7 km d: 300m T: 3h30	3544 ET	T M		Danielle B. 06 64 10 12 41	13 h 30 place du Togo
<b>Jeudi 30</b>	<b>Réunion mensuelle</b>				<b>salle Ortolan</b>	<b>20 h 30</b>

### Projets :

2 au 9 octobre : de Menton à Fréjus sur inscription avec Solange ( TBM)

9 au 17 octobre : semaine varoise de la randonnée pédestre

Octobre : repas du club à l'étude

Novembre : week-end à l'étude

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 évènements. 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