MARINA RANDO

PROGRAMME DES RANDONNEES

Période du 15 septembre au 29 septembre 2025

F1 : facile - F2 : moyen - F2 : Jeudi Matin - F3 : sportif - RD : Rando Douce

*le covoiturage (0,30€ du km + autoroute), est donné à titre indicatif et sera ajusté par l'animateur en fonction du trajet réellement effectué et perçu en fin de trajet.
Lieu de rendez vous : **Parking Robinson** (arriver 10mn avant l'heure du départ)

Date	Niv	Lieu	Altitude	Lieu de départ	Trajet km	Type rando	H départ	Dénivelé	Kms	Durée	Animateur(s)	Carte
L 15/09	F1	Mandelieu - Théoule	200m	parking robinson	0	A/R	8h30	200m	10km	5h00	Alain	3544ET
L 15/09	F2	Lac Autier	2280m	Pont du Countet	190km	A/R	7h00	690m	11km	5h30	Michel	3741ET
J 18/09	F2	1/2 J La Marbrière	920m	Grasse 500 tennis	50km	circuit	8h00	400m	8km	3h00	Jacques	3643ET
J 18/09	F3	tête de l'Enchastraye	2955m	Camp des fourches	250km	A/R	6H30	1100m	14km	7h00	Grég	3639OT
V 19/09	RD	La Ripisylve	100m	Pont de L'Endre	94km	circuit	8h30	75m	9kms	5h30	Ginette	3544ET
L 22/09	F1	Gorges de Siagne (par Saint Cézaire)	481 m	Pont de la Siagne	60 km	Circuit	8h30	495 m	13 km	6h00	Félix	3543ET
L 22/09	F2	Lac des Millefonts	2675m	Col de Veillos	190km	circuit	7h00	750m	13km	6h00	Eric	3641ET
J 25/09	F3	Le Grand Capelet	2935m	pont du countet Gordelasque	180km	A/R	6h30	1350m	14km	8h00	Greg	3741OT
L 29/09	F1	Cabredor et Apié de Reybaud	179 m	Les Arcs - Parking de la Tournavelle	106 km	circuit	8h30	310 m	11,5 km	5h30	Félix	3544OT
L 29/9	F2	Lac Scluos	2174m	Parking Salèse	200km	A/R	7h00	730m	16km	6h00	Eric	3741OT

Armando Jean-Claude	06 24 33 05 62
Chassard Joël	06 15 10 53 24
Chatte Félix	06 27 50 39 58
Correia Grégory	06 68 16 42 34
Curabé Geneviève	06 85 42 80 02
De Palma Marc	06 72 59 97 68
Engels Bernard	06 77 16 57 86
Fabert Liliane	06 63 48 65 32
Lanzo Walter	06 58 33 43 24
Long Paul	06 67 62 95 18
Masay Ginette	07 68 50 01 35
Menchon Marité	06 80 54 82 76
Parmentier Jacques	06 75 32 70 79
Portal Daniel	06 85 83 65 71
Ravet Lionel	06 14 59 18 92
Sagardia Michel	06 50 45 56 32
Torres Eric	06 07 57 51 34
Touboul Alain	06 60 85 19 00