

# MARINA RANDO

## PROGRAMME DES RANDONNEES

Période du 04/11 au 28/11/2024

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 Maxi	Lieu de départ	Trajet Km	Type Rando	H Départ	Dénivelé	Kms	Durée	Animateur(s)	Carte
L 04/11	F1	Funiculaire de Cannes	250m	Palm beach	20km	circuit	8h30	250m	12km	5h00	Alain	3643ET
L 04/11	F2	Tour de collet d'huesti	1061m	Cros d'Utelle	146km	circuit	7h00	750m	11km	5h30	Joël	3641 ET
J 07/11	F3	Bau de l'Arc	964m	Roquestéron	160km	circuit	7h00	869m	13 km	6h00	Eric	3642ET
V 08/11	RD	pas de rando veille anniversaire du club										
L 11/11	F1	Saint-Jean Cap Ferrat	30m	Office Tourisme	100km	Circuit	8h30	170m	9km	5h00	Félix	3742OT
L 11/11	F2	La Serena	1327m	Marie	180km	circuit	7h00	772m	11km	5h30	Michel	3641ET
J 14/11	F2	1/2 jour – Tanneron Belluny	285m	Chappelle St Cassien Bois	40km	circuit	8h00	285m	10km	3h00	Monique	3543ET
J 14/11	F3	Le Brec d'Illonse	1729m	Villars sur Var /balise 80	170km	circuit	7h00	880m	15km	6h00	Michel	3641OT
V 15/11	RD	Bargemon	500m	Place du village	100km	circuit	8h30	100m	10km	5h00	Ginette	3543OT
L 18/11	F1	Pic d'Aurelle		Gare du Trayas	26km	circuit	8h30	340m	9km	5h00	Jacques	3344ET
L 18/11	F2	Baou de St Jeannet	864m	Saint Jeannet	100km	circuit	7h00	650m	12km	5h30	Joël	3741OT
J 21/11	F3	Mt Charamel	1225m	Le Mas	150km	circuit	7h00	900m	14km	5h30	Michel	3542OT
L 25/11	F1	Menhirs Plateau Lambert	350m	Collobrières (cimetière)	226km	Circuit	8h00	460m	10,5km	5h15	Félix	3445 OT
L 25/11	F2	Circuit de Gourdon	500m	Cimetière de Bar sur Loup	58km	circuit	7h30	700m	13km	5h30	Bernard	3643ET
J 28/11	F2	1/2 J Mont Théoule	250m	Estérel/ Port de Théoule	10km	circuit	8h00	250m		3h00	Jacques	3544ET
J 28/11	F3	Pte Castellar / Férion	1137m	Levens	130km	circuit	7h00	850m	14km	5h30	Michel	3742OT
V 29/11	RD	Vallon de la Cabré	89m	M. Forest. Du Roussiveau	56km	Circuit	8h30	194m	10km	5h00	Paul	3544 ET

Armando Jean-Claude

06 24 33 05 62

Engels Bernard

06 77 16 57 86

Parmentier Jacques

06 75 32 70 79

Chassard Joël

06 15 10 53 24

Fabert Liliane

06 63 48 65 32

Portal Daniel

06 85 83 65 71

Chatte Félix

06 27 50 39 58

Giordanengo Monique

07 82 84 67 56

Ravet Lionel

06 14 59 18 92

Correia Grégory

06 68 16 42 34

Lanzo Walter

06 58 33 43 24

Sagardia Michel

06 50 45 56 32

Curabé Geneviève

06 85 42 80 02

Long Paul

06 67 62 95 18

Torres Eric

06 07 57 51 34

De Palma Marc

06 72 59 97 68

Masay Ginette

07 68 50 01 35

Touboul Alain

06 60 85 19 00

Vacances du 21/10 au 03/11/24

Menchon Marité

06 80 54 82 76