

MARINA RANDO

F1 : facile F2 : moyen F2 : Jeudi Matin F3 : sportif RF : Rando Faciles

PROGRAMME DES RANDONNES

Période du 03 mai au 31 mai 2024

*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),

	Niv	Lieu / rando (avec altitude)	Parking départ Rando	Trajet kms	Circ / Ar	Départ	Dénivelé	Kms	Durée	Animateur	Carte
V 03/05	RD	Saint Vallier	Ferrages	65km	circuit	8h30	100 m	9,2 km	5 h	Ginette	3543ET
L 06/05	F1	Plateau de Calern (1200m)	mairie de Caussols	86 km	circuit	8h30	400 m	12,5 km	5h30	Lionel	3642ET
L 06/05	F2	La Séréna (1327m)	Marie	180km	circuit	7h00	772m	10km	5h30	Michel	3641ET
J 09/05	F3	(Ascension)									
J 09/05	F2	(Ascension)									
V10/05	RD	Escapade à St Christophe	Grasse Piscine alt 500		circuit	8h30	197m	9,4km		Paul	
L 13/05	F1	Crête du Cheiron	Coursegoules	110km	circuit	8h30	450m	12 km	5h00	Alain	3642ET
L 13/05	F2	Circuit de St Christophe Grasse	Roquevignon Piscine	40km	circuit	7h30	600m	14km	5h00	Bernard	3643ET
J 16/05	F3	Tres Crous (1921m)	Belvédère	162km	circuit	7h00	1150m	14km	7h00	Walter	3741 OT
V 17/05	RD	Les haut du plan Gautier (Escragnoles)	La Font Michel	104km	circuit	8h 30	183 m	9 km	5h20	Paul	3543 ET
L 20/05	F1	(Pentecôte)									
L 20/05	F2	Tour de Robion (1157m)	Castellane	168km	circuit	7h00	725m	17km	6h30	Michel	3542OT
J 23/05	F3	Monte Torragio (1972m)	colle Melosa (Italie)	234km	circuit	6h30	850m	15km	7h00	Grégory	
J 23/05	F2	(1/2 jour) Oppidum de la Malle 1200	Grasse / Col du Pilon	60km	A/R	8h00	450 m	9km	3h30	Jacques	3543ET
L 27/05	F1	Pic du Castel Diaou (245m) Piste de Rousse	Le Muy – 43,520604°E6.649768°	89km	circuit	8h30	365m	10km	4h30	Félix	3544ET
L 27/05	F2	Belvédère de Rancoumas	Trigance	188km	circuit	7h00	700m	18km	7h00	Michel	3442OT
J 30/05	F3	Montagne de l'Aup (1726m)	Castellane	170km	circuit	6h30	1000m	17km	6h30	Michel	3542OT
V 31/05	RD	Vers le Clôt des Moulins (La Martre)	Pont des Passadouires (1013m)	144km	circuit	8h30	234 m	8,5 km	5h00	Paul	3542 OT
		Vacances académie de Nice du 20/04 au 05/05/2024									

Armando Jean Claude 06 24 33 05 62
 Chatte Félix 06 2750 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

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
 Pellegri Corinne 06 59 91 98 69

Ravet Lionel 06 14 59 18 92
 Sagardia Michel 06 50 45 56 32
 Touboul Alain 06 60 85 19 00
 Torres Eric 06 07 57 51 34
 Fabert Liliane 06 63 48 65 32
 Giordanengo Monique 07 82 84 67 56