

MARINA RANDO

PROGRAMME DES RANDONNEES

Période du 02 avril au 30 avril 2026

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
J 02/04	F2	1/2J Pic de l'Ours	480m	gare du Trayas	30km	circuit	8h00	440m	8,8km	4h00	Alain	3544ET
J 02/04	F3	Ile de Porquerolles		La Tour Fondue/ Hyères	240 km	circuit	6h30	500m	18 km	7h00	Gregory	3446OT
V 03/04	RD	Plaines du Collet Redon	100m	route de bagnols	92km	circuit	8h30	170m	9km	4h30	Daniel	3544ET
L 06/04	F1	PAQUES										
L 06/04	F2	PAQUES										
J 09/04	F3	L'Audibergue	1642m	Escragnolles	100 km	circuit	7h00	920m	15 km	6h00	Eric	3542ET
L 13/04	F1	Traversée de l'Estérel	313 m	Théoule / parking port	11 km	retour train	8h00	470 m	18 km	8h00	Jacques	3544ET
L 13/04	F2	Gorges de l'Esteron	1005m	Bouyon ou les Ferres	120 km	circuit	7h00	765m	12 km	5h30	Eric	3642ET
J 16/04	F2	1/2 J Roquebrune 2 Frères	250m	pk PD ch. De la roquette	73km	circuit	8h00	234m	8,6km	4h00	Alain	3545OT
J 16/04	F3	Circuit d'Amirat	1309m	Gars	180 km	circuit	7h00	1031m	16 km	6h00	Eric	3542ET
V 17/04	RD	Saint Paul forêt royale	298m	1km av pont de l'Endre	78km	circuit	8h30	206m	10km	5h30	Ginette	3543ET
L 20/04	F1	Jas, cabanes et ruchers	832m	Saint Jeannet	91km	circuit	8h30	490m	9,5 km	5h30	Lionel	3642ET
L 20/04	F2	Grès d'Annot	1043m	Annot	218 km	circuit	7h00	700m	11 km	5h30	Michel	3541OT
J 23/04	F3	Mangiabo	1821m	Col de Brouis	180 km	circuit	7h00	1100m	13 km	6h00	Michel	3741ET
L 27/04	F1	les Idoles	1266 m	Courmes	84 km	A/R	8h30	415 m	11 km	5h00	Jacques	3643ET
L 27/04	F2	les Idoles/Puy Tourettes	1268m	Courmes	80 km	circuit	7h30	650m	12 km	5h00	Eric	3645ET
L 27/04	F3	les Idoles/Pic Courmettes	1266m	Courmes	80 km	circuit	7h00	750m	14 km	5h30	Michel	3645ET
L 27/04	RD	les Idoles	1020 m	parking St. Barnabé	98 km	circuit	8h 30	104 m	7,5 km	3h 30	Paul	3642 ET
J 30/04	F2	1/2J - Grand duc	400m	Capitou - Eglise	0	circuit	8h00	450m	11km	4h30	Félix	3543ET
J 30/04	F3	Brec d'Utelle	1604m	Le Figaret	160 km	A/R	7h00	1250m	15km	7h00	Michel	3741OT
Grégory absent du 09 avril à début mai,												

Armando Jean-Claude

06 24 33 05 62

Engels Bernard

06 77 16 57 86

Portal Daniel

06 85 83 65 71

Chassard Joël

06 15 10 53 24

Lanzo Walter

06 58 33 43 24

Ravet Lionel

06 14 59 18 92

Chatte Félix

06 27 50 39 58

Long Paul

06 67 62 95 18

Sagardia Michel

06 50 45 56 32

Correia Grégory

06 68 16 42 34

Masay Ginette

07 68 50 01 35

Torres Eric

06 07 57 51 34

Curabé Geneviève

06 85 42 80 02

Menchon Marité

06 80 54 82 76

Touboul Alain

06 60 85 19 00

De Palma Marc

06 72 59 97 68

Parmentier Jacques

06 75 32 70 79

Vacances scolaires académie Nice