

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	Sommet de Calern	1458m	Caussols	80km	circuit	7h30	650m	14km	5h30	Michel	36400T	
V 08/11	F3	Pic de Chamatte 1879m	1879m	Col de toutes Aures		circuit	6h30	900m	15km	6h00	Grégory		
V 08/11	RD	Domaniale de la colle du Rouët, rendez-vous sortie 37 Roquebrune/A Roquebrune/Argens						150m	10,5km				
L 11/11	F1	Saint-Jean Cap Ferrat	30m	Office Tourisme	100km	Circuit	8h30	170m	9km	5h00	Félix	37420T	
L 11/11	F2	La Serena	1327m	Marie	180km	circuit	7h00	772m	11km	5h30	Michel	3641ET	
J 14/11	F2	Le Dramont		Camp long		circuit	8h00				Monique	3543ET	
J 14/11	F3	Le Brec d'Illonse	1729m	Villars sur Var /balise 80	170km	circuit	7h00	880m	15km	6h00	Michel	36410T	
V 15/11	RD	Hauteurs de Cannes	180m	Cannet Park Koningstein	26km	circuit	8h30	179m	11km	5h00	Ginette	3543ET	
L 18/11	F1	Pic d'Aurelle		Gare du Trayas	26km	circuit	8h30	340m	9km	5h00	Jacques	3344ET	
L 18/11	F2	Baou des noirs Col de Vence		Plan des Noves		circuit	7h30				Michel S		
J 21/11	F3	Mt Charamel	1225m	Le Mas	150km	circuit	7h00	900m	14km	5h30	Michel	35420T	
V22/11	RD	Les terrasses du Tignet		N 43°36'25" E 6°53'02"			8h30	227m	8,6km		Paul		
L 25/11	F1	Les Malavalettes	410m	Estérel / MF Malpey	38km	circuit	8h30	350m	11km	5h00	Jacques	3544ET	
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	37420T	
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

Chassard Joël

Chatte Félix

Correia Grégory

Curabé Geneviève

De Palma Marc

06 24 33 05 62

06 15 10 53 24

06 27 50 39 58

06 68 16 42 34

06 85 42 80 02

06 72 59 97 68

Engels Bernard

Fabert Liliane

Giordanengo Monique

Lanzo Walter

Long Paul

Masay Ginette

Menchon Marité

06 77 16 57 86

06 63 48 65 32

07 82 84 67 56

06 58 33 43 24

06 67 62 95 18

07 68 50 01 35

06 80 54 82 76

Parmentier Jacques

Portal Daniel

Ravet Lionel

Sagardia Michel

Torres Eric

Touboul Alain

06 75 32 70 79

06 85 83 65 71

06 14 59 18 92

06 50 45 56 32

06 07 57 51 34

06 60 85 19 00

Vacances du 21/10 au 03/11/24