





Randonneurs de l'Est Varois

www.rev83.org

Programme des Randonnées Octobre 2024

Dates	Heures €	Circuits	IBP*	Dist. km	D+ m	Tps	Animateurs*
Mercredi 02/10	9:00 4,00 €	<u>1</u> Le Muy (83) - Le Mitan - Débarquement	43	13,7	302	4:00	Jack 06 73 40 35 43
	8:00 9,50 €	<u>2</u> Les Mayons (83) : le Sommet de l'Argentière	72	18,4	670	5:00	Patrick 06 35 40 37 85
Dimanche 06/10	8:00 2,50 €	<u>3</u> Esterel Est : Les balcons du cap Roux	48	8,7	280	2:30	Jean-Marie J. 06 86 91 86 48
	7:30 20,00 €	<u>4</u> Le Revest - Les Roches - Le Mont Vial (06)	74	14,0	750	5:00	Jack 06 73 40 35 43
Mercredi 09/10	10:30 4,00 €	<u>5</u> Rando SOFT HIKING Les Arcs (83) : Sainte Roseline avec Valérie	17	5,0	70	3:00	Alain F. 06 32 12 90 70
	8:00 3,00 €	<u>6</u> Col du Testanier (83) - Mont Vinaigre et Aigre par les Malavalettes	69	17,6	670	5:30	Damien 07 86 28 16 05
	7:00 15,50 €	<u>7</u> Brans : Les Cadières de Brandis	98	17,0	930	5:30	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche 13/10	8:00 3,00 €	<u>8</u> MF Malpey : Piste des Malavalettes par Roche Noire	36	9,2	281	3:00	Jean-Marie J. 06 86 91 86 48
	8:00 3,00 €	<u>9</u> MF Malpey - MF Duchesse - Mt Vinaigre - Cantine du Porfait	53	13,5	477	3:30	Gilles 06 74 53 35 29
		Don de 5€ (minimum) au profit de la lutte contre le cancer du sein (Apéro offert)					
Mercredi 16/10	7:00 20,00 €	CALANQUES DE CASSIS (13)					
		<u>10</u> G1 : Col de Gineste-Falaises du Devenson-en Vau-Cassis	77	16,9	+710 -1030	6:15	Raimundo 06 83 44 31 94
		<u>11</u> G2 : Cassis D559-Calanques d'Oule, d'en Vau, de Port Miou	62	14,8	+470 -700	5:00	Dominique 06 32 39 48 27
		<u>12</u> G3 : Cassis D559-Calanques d'en Vau, de Port Miou-Cassis	35	10,0	+200 -430	3:00	Valérie 06 75 97 67 34
Samedi 19/10	16:00	 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE Réunion Mensuelle Mas de l'Estérel (ProBTP Vacances) - Agay 					
Dimanche 20/10	8:00 2,50 €	<u>13</u> MF La Louve depuis Colle Douce	36	10,7	250	3:00	Jean-Marie J. 06 86 91 86 48
	9:00 4,00 €	<u>14</u> Les Gorges du Blavet - Les Meules - Les grottes du Muéron	59	16,8	580	5:00	Dominique 06 32 39 48 27
	7:30 14,50 €	<u>15</u> Courmes (06) : Le Puy des Tourettes Pic des Courmettes	90	14,5	890	5:00	Raimundo 06 83 44 31 94
Mercredi 23/10	8:00 2,50 €	<u>16</u> Esterel Est : Malpasset - Lac de Lavellan	39	10,0	280	4:00	Jean-Marie S. 06 63 04 24 93
	7:45 13,00 €	<u>17</u> Pignans : Notre Dame des Anges (version longue)	71	17,3	691	5:00	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche 27/10	8:15 4,00 €	<u>18</u> Le Trayas - Pic d'Aurelle	36	9,0	310	3:00	Dominique 06 32 39 48 27
	8:30 10,00 €	<u>19</u> Collobrières (83) - Chartreuse de Verne - Visite après la rando (7€)	52	14,0	500	4:00	Valérie 06 75 97 67 34
	8:00 11,00 €	<u>20</u> Cotignac : Sanctuaire de St Joseph et ND des Grâces	62	20,0	478	6:00	Patrick 06 35 40 37 85
Mercredi 30/10	08h00 8,00 €	<u>21</u> La Croix Valmer(83) - le Sentier du Littoral par Gigaro et Cap Lardier	54	18,7	680	5h30	Damien 07 86 28 16 05
	07H45 5,50 €	<u>22</u> Ste Maxime (83) - Chapelle St Donat - Le vieux Revest	77	18,5	880	6h00	Raimundo 06 83 44 31 94

€*	Coût du covoiturage, péage inclus (base de 4 personnes)
R*	En cliquant sur le numéro de la rando, il apparaît profil altimétrique et photos
Heures*	<p>Départ des randonnées à l'heure précise</p> <p>Covoiturage : Parking "Le Fréjus Plage" rue Albert Schweitzer à Fréjus</p> <p>Car : Rue Henri Vadon (entre la cave vinicole et les Arènes) à Fréjus</p>
Circuit*	Fond Gris : Randonnée à la 1/2 Journée, sans pique nique.
IBP*	<p>Pour chaque circuit apparaît un indice qui correspond à son niveau de difficulté selon la classification officielle de la Fédération Française de la Randonnée.</p> <p>0 à 25 Facile. La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Randonnée "Douce" accessible aux randonneurs débutants</p> <p>26 à 50 Assez Facile. La randonnée pédestre présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond à de petites randonnées.</p> <p>51 à 75 Peu Difficile. La randonnée pédestre nécessite un certain engagement physique. Ce niveau correspond à des randonnées modérées.</p> <p>76 à 100 Assez Difficile. La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des</p> <p>101 et + Difficile. La randonnée pédestre présente des difficultés et demande un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées très soutenues.</p>
Animateurs*	Inscription impérative dès que possible et au plus tard la veille avant 16h auprès de l'animateur.