



Gymnase du Fenouillet, av. Frédéric Mistral - 83260 La Crau  
06 85 83 48 24 - lei.sauto.valat@free.fr - www.lei-sauto-valat.com

# Programme des randonnées 2024

## septembre, octobre, novembre, décembre

Tout marcheur doit avoir réglé sa cotisation à Lei-Sauto-Valat-Rando et avoir sa licence FFRP.

Tous les marcheurs doivent s'assurer auprès de leur médecin de leur aptitude physique à supporter les efforts imposés par les marches programmées dans le groupe qu'ils choisissent. Fournir un certificat médical.

Toute personne quittant le groupe le fait à ses risques et périls. Les responsables et animateurs sont les seuls juges pour refuser la participation d'un marcheur mal équipé ou en condition physique insuffisante.

Une modification de programme peut intervenir au dernier moment pour des raisons climatiques ou l'indisponibilité de l'animateur.

La participation aux frais de covoiturage est librement convenue.

A titre indicatif, elle peut se situer à **0,10 €** par personne et par kilomètre.

Les permanences ont lieu le mardi de 17h00 à 18h30 au gymnase « Le Fenouillet » à La Crau, bureau n°5, 1er étage.

## Vos animateurs

<b>Noël</b> Goize	04 94 57 85 00 ou 06 66 95 57 67
<b>Jean-François</b> Lorin	06 25 57 74 26
<b>Jean-Claude</b> Plancher	06 31 11 82 22
<b>Jean-Claude</b> Simion	06 85 83 48 24
<b>Jean-Marc</b> Heymes	06 60 19 40 20
<b>Michel</b> Augias	06 51 84 24 60
<b>Francis</b> Mignon	06 79 81 50 90
<b>Gérard</b> Ulmer	06 34 69 20 03
<b>Bruno</b> Evrard	06 23 85 06 36
<b>Gilles</b> Garoscio	06 95 06 74 02
<b>Jean-Luc</b> Montfollet	06 23 64 49 06

## Dates à retenir

**Assemblée Générale du club** : samedi 12 octobre à 10h

**CA et réunion animateurs** : mardi 10 décembre à 16h

**Loto** : vendredi 13 décembre à 16h



## Départ du parking du Lidl

Parcours \*facile \*\*moyen \*\*\*difficile

**Covoiturage** : le montant de la contribution individuelle est noté dans la deuxième colonne après l'heure de départ.  
Les frais éventuels de péage et de parking ne sont pas mentionnés ici mais devront être ajoutés et partagés.

### SEPTEMBRE 2024

Mercredi 11	Camps la Source (matin)	8h	5 €	7 km	300 m	*	Jean-Claude S
Mercredi 18	La Navarre, l'oppidum de la Bouisse	13h30	1 €	9 km	320 m	**	Gérard U
Dimanche 22	Carcès, le tour du lac	8h30	10 €	13 km	300 m	**	Gilles
Mercredi 25	La Castille	13h30	-	8 km	-	*	Michel
Dimanche 29	Artignosc, le Verdon	8h	14 €	15 km	300 m	**	Jean-Luc

### OCTOBRE 2024

Mercredi 2	Forêt du Dom, le Révérencier (casse-croûte)	10h	4 €	9 km	310 m	**	Jean-Claude P
Dimanche 6	Lac de Saint Cassien	8h	13 € + pge	12 km	340 m	**	Noël
Mercredi 9	La Celle, vallon des Aurelles (casse-croûte)	10 h	5 €	8 km	250 m	**	Noël
Dimanche 13	Villecroze - Tourtour	8h	12 €	14 km	500 m	***	Jean-Luc
Dimanche 13	Flassans	8h30	6 €	12 km	250 m	**	Jean-Claude S
Mercredi 16	L'Aiguade, levée du Ceinturon	13h30	2 €	8 km	-	*	Michel
Dimanche 20	Les Mayons	8h30	6 €	10 km	100 m	*	Jean-Claude P
Mercredi 23	La Londe, dolmen de Gaoutabry (casse-croûte)	10h	3 €	8 km	280 m	**	Bruno
Dimanche 27	Chartreuse de La Verne	8h	5 €	14 km	740 m	***	Gérard U
Dimanche 27	Le Faron	8h30	4 €	12 km	200 m	**	Jean-Claude S
Mercredi 30	Solliès-Ville, le Coudon	13h30	2 €	7 km	480 m	**	Gérard U

### NOVEMBRE 2024

Dimanche 3	Collobrières, Saint Guillaume	8h30	4 €	11 km	400 m	**	Jean-Claude P
Mercredi 6	Barjols, les Mareliers (casse-croûte)	10h	10 €	8 km	200 m	**	Noël
Dimanche 10	Le Muy, Gorges de Pennafort	8h	12 € + pge	16 km	700 m	***	Jean-Marc
Dimanche 10	Gémenos, vallon de la Galère	8h30	10 €	13 km	385 m	**	Gilles
Mercredi 13	Saint-Tropez (journée)	8h30	10 €	14 km	400 m	**	Jean-Claude S
Dimanche 17	Collobrières, piste du Lairé (champignons)	8h30	6 €	8 km	150 m	*	Jean-Claude P
Mercredi 20	Montrieux, jas de Gabriel (casse-croûte)	10h	3 €	9 km	350 m	**	Jean-Claude P
Dimanche 24	Nans, sources de l'Huveaune	8h	10 €	14 km	500 m	***	Bruno
Dimanche 24	Correns, le Vallon Sourn	8h30	10 €	11 km	220 m	**	Gilles
Mercredi 27	Plan de La Garde	13h30	2 €	7 km	-	*	Michel

### DÉCEMBRE 2024

Dimanche 1er	Brignoles, les dolmens	8h30	5 €	12 km	300 m	**	Jean-Claude S
Mercredi 4	Le Trapan	13h30	3 €	7 km	300 m	**	Jean-Claude S
Dimanche 8	Roquebrune, le Rocher	8h30	12 € + pge	10 km	250 m	**	Noël
Mercredi 11	Solliès-Ville	13h30	1 €	7 km	300 m	**	Jean-Claude S
Dimanche 15	Collobrières, le Crapaud	8h30	4 €	14 km	400 m	**	Jean-Claude S
Dimanche 15	Montrieux, portes de Valbelle	8h	4 €	17 km	600 m	***	Gérard U
Mercredi 18	Camps la Source (casse-croûte)	10h	5 €	7 km	230 m	*	Noël