



Randonneurs de l'Est Varois
Fréjus - Saint-Raphaël
 Association affiliée à la FFRP sous le n° 04 584
 Agrément Jeunesse et Sports n° 08309.ET.012
 Agrément Tourisme de la FFRP : IM075700382

197 av. de Figueirado
 83600 Fréjus
 President.rev83@gmail.com
 Michel Bressy
 06 85 83 80 06
 http://rev83.org

Programme du mois d'Avril 2018

lundi 2 8h	Esterel-Est (83) : Roussiveau –Perthus.	O	10,5km 290m	3h55	Michel 06 85 83 80 06
	Cavalaire (83) : Le Rayol-Canadel.	R	17km 600m	6h00	André 06 07 60 57 05
mercredi 4 9h00	Roquebrune-sur-Argens (83) : Les Petites Maures depuis le Col du Bougnon.	V	15km 490m	5h00	Claudine 06 10 18 66 58
	Théoule-sur-Mer (06) : Les Grues.	R	20km 850m	5h45	Jean-Paul 06 61 40 41 35
Séjour du 8 au 11 Avril à Vaison-la-Romaine (84) – André 06 07 60 57 05					
dimanche 8 8h00	Esterel-Est (83) : Le Tour du Pic de l'Ours.	O	7,5km 280m	2h30	Nathalie 06 20 56 95 30
	Roquebrune-sur-Argens (83) : Bourgaric par le cimetière.	R	18km 450m	5h45	Roland 06 17 84 93 16
7h30	Critérium de l'Esterel - Théoule-sur-Mer (06) : 3 parcours : 15-23-31 km - sur inscription : 7€ <i>Nouveau 2 parcours MN : 14km (15€) - 8,4km (10€)</i>				Gilles 06 74 53 35 29
mercredi 11 9h00	Les Arcs-sur-Argens (83) : Le fort Oppidum de Taradeau (randonnée thym)	V	15km 300m	5h00	Nathalie 06 20 56 95 30
	Collobrières (83) : Le Sommet du Perrat.	N	21km 600m	6h00	Gilles 06 74 53 35 29
samedi 14	Randonnées des Lucioles à Roquebrune sur Argens (83) Inscription auprès de Roseline				Roseline 06 98 20 87 21
dimanche 15 8h30	Puget-sur-Argens (83) : Les Lacs autour du Defens.	J	8km 150m	2h30	Michel 06 85 83 80 06
	Roquebrune-sur-Argens (83) : Les Petites Maures depuis la base de ski nautique	O	10km 320m	3h00	Graziano 06 15 13 59 82
7h45	Levens (06) : Le Mont Féron.	N	16,5km 990m	6h00	Guy 06 34 87 91 75
mercredi 18 7h	LES GORGES DU VERDON (04)				
	Groupe 1 : Sentier Martel : Pas d'Issane, La Brèche Imbert Point Sublime. <i>Escaliers métalliques, 252 marches, 2 traversées de tunnel. Se munir d'une lampe frontale ou d'une lampe de poche. Déconseillé aux personnes sujettes au vertige.</i>	V*	13,5km 450m	6h00	André et Guy 06 07 60 57 05
	Groupe 2 : Ferme de la Maline, La Palud sur Verdon, La Grande Bastide, Rougon, Point Sublime.	B	15,8km 650m	5h10	Jean-Paul 06 61 40 41 35
	Groupe 3 : La Palud sur Verdon, La Grande Bastide, Rougon, Point Sublime.	V	8,9km 400m	3h45	Michel 06 58 83 80 06
Sortie en Car : Inscription et chèques Roseline 06 98 20 87 21					
Jeudi 19 REUNION MENSUELLE Maison des associations 17h15 Rue de la Soleillette, Saint-Raphaël					
dimanche 22 7h45	Esterel-Est (83) : Les ruines de Dissate depuis le gué de la Font du Pommier.	O	10km 340m	3h15	Pierre 06 26 27 54 35
	Chateaufieux (83) : La Montagne de Vire. Randonnée avec le CAF (Club Alpin Français)	B	16km 600m	5h00	Michel Brémont 06 22 57 50 54
mercredi 25 10h30	Carcès (83) : Parking du Lac, Cascades du Caramy, aller et retour Rando douce	J	6,5km 150m	2h30	Graziano 06 15 13 59 82
	Carcès (83) : Carcès, Cascades du Caramy, Parking du Lac, Carcès.	V	13,5km 300m	4h15	Gilles 06 74 53 35 29
8h15	Carcès (83) : Carcès, Chapelle St. Vincent, Parking du Lac, Cascades de Caramy, Carcès.	R	20km 500m	5h30	André 06 07 60 57 05
7h15	Repas pris en commun au snack du parking du Lac:15€ sur inscription et chèques Roseline 06 98 20 87 21				
dimanche 29 7h45	Esterel-Est (83) : Mont Vinaigre – Malpey	O	8,5km 270m	3h00	Michel 06 85 83 80 06
	Le Thoronet (83) : Canal Ste Croix, visite Domaine.	V	15km 150m	5h00	Jean 07 62 07 99 52
8h00	Cotignac (83) : Le Gros Bessillon.	R	20km 800m	6h30	Damien 07 86 28 16 05
7h30					
lundi 30 14h00	Esterel-Est (83) : Piste d'Auriasque, Rte forestière de Boson, piste de l'Esquive. Rando douce.	J	8km 144m	3h00	Dominique R. 06 14 26 14 64

Agenda

Séjour à VERNET-les-BAINS (Pyrénées -Orientales), du 09 au 16 JUIN - Inscription : Jacqueline Audibert 06 01 49 66 09

Séjour Voralberg – Lac de Constance, du 15 au 21 septembre 2018- Inscription : Jacqueline Audibert 06 01 49 66 09

DEPART DES RANDONNEES à l'heure précise :

Parking « Le Fréjus Plage » rue Albert Schweitzer (hauteur du 1413 ave de Provence

Pour le car : rue Henri Vadon entre la cave vinicole et les arènes