



Randonneurs de l'Est Varois

www.rev83.org

Programme des Randonnées SEPTEMBRE 2026

Jours	Dates	Heures €	Circuits	IBP*	Dist. km	D+ m	Tps	Animateurs*
Samedi	5/9		 FORUM DES ASSOCIATIONS Saint Raphaël					
Dimanche	6/9		 FORUM DES ASSOCIATIONS Fréjus					
Mercredi	9/9	8:30 4,50 €	<u>1</u> Le Muy - Pont d'Endre - Balade le long l'Endre et Petites Maures avec pique-nique à l'arrivée	28	9.3	110	3:30	Jean-Marie S. 06 63 04 24 93
		8:15 3,00 €	<u>2</u> Roquebrune/Argens - Bourgaric par le Cimetière	61	17.9	506	5:00	Patrick 06 35 40 37 85
Dimanche	13/9	8:15 3,00 €	<u>3</u> Col d'Auriasque - L'Esquive - Mines de Boson	34	9.5	239	2:30	Bertrand 06 22 62 95 79
		8:00 9,50 €	<u>4</u> La Môle (83) - Barrage de la Verne - le Lairé	65	18.7	535	6:15	Gilles 06 74 53 35 29
Mercredi	16/9	8:00 3,00 €	<u>5</u> Malpasset - Lac de l'Avellan	38	9.2	283	3:00	Bertrand 06 22 62 95 79
		8:15 9,50 €	<u>6</u> Montauroux(83) - La Tour - Pont des Tuves - Le Défens	54	14.4	400	4:00	Jack 06 73 40 35 43
Dimanche	20/9	8:15 3,00 €	<u>7</u> Esterel-Est - les Parcs de Valescure - Roche Noire	37	9	275	2:30	Jack 06 73 40 35 43
		7:30 16,00 €	<u>8</u> Baudinard (83) - Les Gorges de Baudinard - la Pierre aux 3 Blasons	59	17.5	485	5:00	Gilles 06 74 53 35 29
Mercredi	23/9	7:00 25,00 €	 LA COTE BLEUE ENSUES -LA-REDONNE - CARRY -LE ROUET					
			<u>9</u> G1 : Plateau du Médecin - Fort de Niolon - Carry le Rouet Serre-file : Patrick	56	17	+459 -667	5:20	Gilles 06 74 53 35 29
			<u>10</u> G2 : Plateau du Médecin - Calanque de l'Erevine - Carry le Rouet Serre-file : Damien	50	14	+372 -581	4:20	Jean-Marc 06 80 90 78 12
			<u>11</u> G3 : Plateau du Médecin - Grand Méjean - Carry le Rouet Serre-file : Jack	37	11	+232 -442	3:20	Alain F. 06 32 12 90 70
Jeudi	24/9	17:30	 RÉUNION MENSUELLE Espace Municipal et Culturel "le Bateau" - Quai d'Octave, Fréjus					
Dimanche	27/9	8:00 3,50 €	<u>12</u> La Bouverie - Forêt de Raphèle - Le Blavet - La Tranchée	32	10.5	126	3:50	Josiane 06 74 91 92 84
		8:00 6,00 €	<u>13</u> Les Arcs sur Argens (83) - Pont d'Aille - Cabredor - Mine des Porres	58	16		4:30	Damien 07 86 28 16 05
		7:45 8,50 €	<u>14</u> Montauroux (83) - les Gorges de la Siagne	77	18.8	740	5:30	Jean-Marc 06 80 90 78 12
Mercredi	30/9	9:00 3,00 €	<u>15</u> Estérel Est - Plateau d'Anthéor - Pointe de Maubois - Col du St Pilon avec pique-nique	42	10.1	388	4:00	Bertrand 06 22 62 95 79
		9:00 5,00 €	<u>16</u> Les Esterets du Lac - l'Ubac de Peillon par le Vallon des Oures	60	15.7	461	4:45	Alain B. 06 74 98 35 27
		7:00 22,00 €	<u>17</u> Aspremont (06) - Tourette-Levens	107	16.5	1085	6:30	Patrick 06 35 40 37 85

€*		Coût du covoiturage, péage inclus (base de 4 personnes) Équipements hivernaux obligatoires du 1/11 au 31/03
Heures*		Départ des randonnées à l'heure précise Covoiturage : Parking "Le Fréjus Plage" rue Albert Schweitzer à Fréjus Car : Rue Henri Vadon (entre la cave vinicole et les Arènes) à Fréjus
R*		Numéro de la randonnée (Rappeler sur "Profils Altimétriques")
Circuit*		Fond Gris : Randonnée à la 1/2 Journée, sans pique nique.
IBP*	Journée	Pour chaque circuit apparaît un indice qui correspond à son niveau de difficulté physique selon la classification officielle de la Fédération Française de la Randonnée.
	0 à 25	Facile. La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Ce niveau correspond aux promenades et balades
	26 à 50	Assez Facile. La randonnée pédestre présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond à de petites randonnées.
	51 à 75	Peu Difficile. La randonnée pédestre nécessite un certain engagement physique. Ce niveau correspond à des randonnées modérées.
	76 à 100	Assez Difficile. La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des randonnées soutenues
	101 et +	Difficile. La randonnée pédestre présente des difficultés et demande un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées très soutenues.
IBP*	1/2 journée	Pour chaque circuit apparaît un indice qui correspond à son niveau de difficulté et qui tient compte de la durée limitée de la randonnée
	0 à 25	Facile. La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Ce niveau correspond aux balades dynamiques
	26 à 35	Assez Facile. La randonnée pédestre présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond à de petites randonnées dynamique.
	36 à 50	Assez Difficile. La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain et un rythme soutenu
Animateurs*		Inscription impérative dès que possible et au plus tard la veille avant 16h auprès de l'animateur.