Randonneurs de l'Est Varois

www.rev83.org

Programme des Randonnées
DECEMBRE 2026

Jours	Dates	Heures €	N°	Circuits	IBP*	Dist. km	D+ m	Tps	Animateurs*
Mercredi	2/12	7:45 3,50 €	1	Bagnols-en-Forêt (83) - Le Col de la Pierre du Coucou	31	8.5	258	3:15	Jean-Marc 06 80 90 78 12
		8:30 6,00 €	2	Les Arcs - Pont d'Aille - Forêt des apiés	49	14.8	355	3:40	Jack 06 73 40 35 43
		8:00 8,00 €	3	La Garde Freinet (83) - La Mourre - les Bas Oliviers	76	15.1	710	4:45	Patrick 06 35 40 37 85
Dimanche	6/12	8:30 3,00 €	4	Le Muy - La Colle du Rouet - Les Flacs	30	11	170	2:30	Jack 06 73 40 35 43
		8:15 3,00 €	5	Estérel-Est - Malpasset - les Escolles - Magail	66	18	590	5:40	Jean-Marc 06 80 90 78 12
		10:00 6,00 €	6	RP : Callas- Pennafort - Garduère	26	6,6	195	3:00	Alain F. 06 32 12 90 70
Mercredi	9/12	8:15 3,00 €	7	Esterel-Est - Col du Testanier - Malpey - Jausier - Roche Noire	35	9.5	270	3:00	Jean-Marie S. 06 63 04 24 93
		8:00 3,00 €	8	Esterel-Est - Le Rastel d'Agay - Plateau d'Anthéor	62	16.5	497	5:00	Bertrand 06 22 62 95 79
		7:45 21,00 €	9	Pierrefeu-le Grand Baudisson	94	17,5	990	5:45	Patrick 06 35 40 37 85
Dimanche	13/12	8:15 3,00 €	10	Esterel Est - Col des Lentisques - Tour du Pic de l'Ours	38	6.5	280	2:20	Dominique A. 06 32 39 48 27
		8:00 8,00 €	11	Callian par la Forêt Domaniale des Tourrettes	72	19.8	516	5:00	Damien 07 86 28 16 05
		7:00 23,50 €	12	Gilette (06) - le Pont de la Cerise	78	17,4	794	6:00	Gilles 06 74 53 35 29
Mercredi	16/12	7:00 25,00 €		**CAMOINS LES BAINS - MASSIF DU GARLABAN - AUBAGNE**					
			13	**G1 : Camoins les Bains - Le Garlaban - Grotte du Grosibou** Serre-File : Patrick B	87	17	+882 -798	6:30	Gilles 06 74 53 35 29
			14	**G2 : Camoins les Bains - Grotte du Grosibou - Allauch** Serre-File : Daniel	77	13	+690 -606	4:50	Damien 07 86 28 16 05
			15	**G3 : Camoins les Bains - Source du Pichoun Ome - Allauch** Serre-File : Patrick R	43	8	+381 -300	2:50	Jack 06 73 40 35 43
Jeudi	17/12	17:30		RÉUNION MENSUELLE Maison des Associations - 213 rue de la Soleillette - Saint Raphaël					
Dimanche	20/12	8:00 3,00 €	16	Belle Barbe - Autour du Pain de Sucre par le Col du Perthus	39	11.3	292	3:00	Bertrand 06 22 62 95 79
		9:15 8,50 €	17	Saint-Tropez (83) - Pointe de la Rabiou - Plage des Salins Rando de Noël avec **visite de la crèche géante ouverte à partir de 16 h**	35	13.5	160	4:30	Dominique A. 06 32 39 48 27
		9:00 3,00 €	18	St Aygulf - Villepey -Sentier littoral	55	17.5	333	6:00	Gilles 06 74 53 35 29
Mercredi	23/12	8:00 3,00 €	19	Les Veyssières - Bonnet du Capelan	31	8.9	251	2:30	Bertrand 06 22 62 95 79
		8:00 3,00 €	20	Roquebrune/Argens (83) - Bourgaric par le Cimetière	61	17.9	506	5:00	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche	27/12	8:00 6,00 €	21	Les Arcs sur Argens (83) - Pont d'Aille - Cabredor - Mine des Porres	58	16	500	4:30	Damien 07 86 28 16 05
Mercredi	30/12	8:30 3,00 €	22	Belle Barbe - Baisse des Sangliers par le Col Aubert	47	11.5	341	3:40	Bertrand 06 22 62 95 79

€*

Coût du covoiturage, péage inclus (base de 4 personnes)
Équipements hivernaux obligatoires du 1/11 au 31/03

N° *

En cliquant sur le lien (parfois après avoir télécharger le programme et donner les autorisations nécessaires) vous obtiendrez des informations sur la randonnée

Equipement randonneur

Pas de chaussures de marche dans les voitures; les mettres dans un sac
Voir sur le site, dans l'onglet Informations pratiques, puis Conseils, l'équipement nécessaire

Heures*

Départ des véhicules à l'heure précise (donc arrivée des randonneurs 10 mn avant pour organisation)
Covoiturage : Parking ''Le Fréjus Plage'' rue Albert Schweitzer à Fréjus
Car : Rue Henri Vadon (entre la cave vinicole et les Arènes) à Fréjus

Circuit*

Fond Gris : Randonnée à la 1/2 Journée, sans pique nique.
Fond Blanc : Randonnée avec pique nique tiré du sac

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 rytme soutenu

Animateurs*

Inscription impérative par SMS auprès de l'animateur, au plus tôt 6 jours avant et au plus tard la veille avant 16h.
Ne pas oublier de noter votre nom et prénom