



Randonneurs de l'Est Varois (www.rev83.org)

Michel Bressy : 06 85 83 80 06 (president.rev83@gmail.com)

Programme des Randonnées SEPTEMBRE 2021

Dates	Heures* R*	Circuits*	IBP* Profil*	Dist.	Durée	Animateurs*
Samedi 04/09	10h00	Forum des Associations SAINT RAPHAËL (Promenade René COTY)				
Dimanche 05/09	10h00	Forum des Associations FREJUS (Base Nature)				
Mercredi 08/09	8h00	1 Esterel Est : Colle Douce, Jausier, Col des Sacs, depuis Colle Douce	IBP 27 	6,4 km 150 m	2h00	Alain F 06 32 12 90 70
	7h30	2 Salernes (83) : la cascade de Sillans, la Croix de Sollies, la Chapelle St Laurent	IBP 53 	17 km 462 m	5h00	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche 12/09	7h45	3 Esterel Est : Tour du Perthus Oriental depuis le Col de Belle Barbe	IBP 34 	10,3km 240 m	2h50	Michel B 06 85 83 80 06
	8h00	4 Figanières (83) : le Malmont, vallon de la Cassade	IBP 71 	17 km 530 m	5h30	Jean-Paul 06 61 40 41 35
Mercredi 15/09	8h00	5 Puget sur Argens (83) : la Lieutenante, la source Saint Martin	IBP 24 	7 km 150 m	2h00	Alain F 06 32 12 90 70
	9h00	6 Bagnols en Forêt (83) : le Rocher de la Fille d'Isnard - depuis Colle Rousse	IBP 60 	15 km 550 m	5h30	Claudine 06 10 18 66 58
Dimanche 19/09	8h30	7 Roquebrune sur Argens (83) : le Tour de Cabasse, depuis le Col du Bougnon	IBP 36 	9,5 km 320 m	3h30	Roland 06 07 84 93 18
	7h30	8 Pourcieux (83) : Mont Olympe, Rocher de Onze Heures	IBP 71 	17 km 685 m	4h50	Damien 07 86 28 16 05
Mercredi 22/09	9h00	9 Esterel Est : Pic d'Aurette, Ravin des Lentisques, depuis le Col Belle Barbe. + pique-nique	IBP 41 	12 km 321 m	4h00	Jean-Paul 06 61 40 41 35
	8h00	10 Ramatuelle (83) : les Moulins de Payas - Plage du Brouis	IBP 76 	19 km 585 m	5h30	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche 26/09	8h00	11 Brignoles (83): Rocher Gueit, Chap. St Sébastien + pique-nique. Attention passage technique	IBP 37 	11 km 230 m	4h00	Anne Marie 06 42 69 20 05
	7H30	12 Quinson (04) : Basses Gorges, Chapelle Sainte Maxime, Baume des Pierres	IBP 54 	17 km 390 m	4h20	Aristide 06 37 06 25 11
Mercredi 29/09	7h30	13 Comps sur Artuby (83) : Bargèmes	IBP 66 	15,5km 625 m	5h15	Guy 06 34 87 91 75

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*

Pour chaque circuit apparaît un indice qui correspond à son niveau de difficulté selon la classification officielle de la Fédération Française de la Randonnée.

0 à 25

Facile. La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Randonnée "Douce" accessible aux randonneurs débutants

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.

Profil*



Ce pictogramme indique que le profil altimétrique de la trace est accessible sur la page d'accueil du site (Rev83.org)

Animateurs

Inscription impérative dès que possible et au plus tard la veille auprès de l'animateur.



Portez un masque
Lavez-vous les mains
Respectez la distanciation physique