



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

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

Programme des Randonnées FÉVRIER 2021

Dates	Heures*	Circuits	Niveaux Effort*	Dist. D+	Durée	Animateurs*
Mercredi 03/02	9h00	Esterel-Est : Maisons Forestières du Roussivau et des Charretiers, Col du Mistral	2/5	15 km 365 m	5h00	Jean-Marie 06 63 04 24 93
Dimanche 07/02	7h45	Esterel-Est : le Tour du Dramont <i>Pique-nique non nécessaire</i>	2/5	9,5 km 300 m	3h30	Guy 06 34 87 91 75
	8h00	Le Muy (83) : les Crêtes du Rouët, le Pic Rebéquier	3/5	16,5 km 550 m	5h00	Damien 07 86 28 16 05
Mercredi 10/02	8h00	Tanneron (83) : Circuit des mimosas	3/5	17 km 600 m	5h30	Nathalie 06 20 56 95 30
Dimanche 14/02	8h30	Esterel-Est : Colle Douce, Barban, Essuyadou, Col des Sacs, La Louve. <i>Pique-nique non nécessaire</i>	2/5	9,6 km 293 m	3h00	Gilles 06 74 53 35 29
	8h45	Esterel-Est : Barre du Roussivau, Sommets des Perthus (montée Roussivau sportif)	3/5	16 km 600 m	5h00	Aristide 06 37 06 25 11
Mercredi 17/02	13h30	Esterel-Est : des Veysières au carrefour Castelli . <i>Pique-nique non nécessaire</i>	1/5	7 km 130 m	2h30	Michel 06 85 83 80 06
	8h00	La Garde Freinet (83) : N.D. de Miremer, Val de Gilly	3/5	19 km 700 m	5h30	Gilles 06 74 53 35 29
Dimanche 21/02	9h00	Esterel-Est : les Cols Aubert, Lentisques et de l'Evêque, Pic d'Aurette	2/5	14 km 400 m	4h45	Jean-Paul 06 61 40 41 35
	7h45	Esterel-Est : Boucles autour des Maisons Forestières	4/5	22 km 690 m	6h45	Raimundo 06 83 44 31 94
Mercredi 24 /02	8h00	Esterel-Est : Mont Vinaigre, depuis le Col du Testanier	3/5	16,5km 650 m	5h30	Guy 06 34 87 91 75
Vendredi 26/02	13h30	Esterel-Ouest : Puget sur Argens, le Tour de la Lieutenante . <i>Pique-nique non nécessaire</i>	1/5	6 km 80 m	2h00	Roland 06 07 84 93 18
Dimanche 28/02	9h15	Roquebrune/Argens(83) : Crêtes des Petites Maures, Table Orientation, Roqueyrol	3/5	15 km 500 m	4h45	Claudine 06 10 18 66 58
	8h00	La Croix Valmer (83) : le Sentier du Littoral par Gigaro et Cap Lardier	3/5	20 km 680 m	6h30	Damien 07 86 28 16 05

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

Niveaux

	< 8 km et/ou <+150m
	< 11km et/ou <+350m
	<15km et/ou <+500m

	<17km et/ou <700m
	<20km et/ou <900m
	<25km et/ou <1500m

Randonnées sportives à rythme très soutenu, Elles sont côtés "difficiles" et nécessitent un engagement physique important.

Effort*

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

- 1/5 Facile.** La randonnée pédestre est sans difficulté physique particulière. Randonnée "Douce" accessible aux randonneurs débutants
- 2/5 Assez Facile.** La randonnée pédestre présente peu de difficulté physique. Ce niveau correspond à de petites randonnées.
- 3/5 Peu Difficile.** La randonnée pédestre nécessite un certain engagement physique. Ce niveau correspond à des randonnées modérées.
- 4/5 Assez Difficile.** La randonnée pédestre présente des difficultés et nécessite un engagement physique certain. Ce niveau correspond à des randonnées soutenues
- 5/5 Difficile.** La randonnée pédestre présente des difficultés et demande un engagement physique important. Ce niveau correspond à des randonnées très soutenues.

Animateurs*

Inscription impérative dès que possible et au plus tard la veille auprès de l'animatrice(eur).

Séjours à venir ...



Séjour à Cauterets (65)

8J/7N du 12 au 19/06/21

"Domaine de Pyrène"

750€ (transport car inclus)

Inscription : Dominique Canavesio 06 30 53 17 56



Portez un masque

Lavez-vous les mains

Respectez la distanciation physique

Association affiliée à la FFRP : N° 04 584

Agrément Jeunesse et Sport : 08309.ET012

Agrément Tourisme FFRP : IM075700382

ac01/21