



Randonneurs de l'Est Varois* (Rev83.org)

Président : Michel Bressy 06 85 83 80 06 rev83@gmail.com

RANDONNEES d'Octobre

Dates	Heures*	Circuits	Niveaux	Dist. D+	Durée	Animateurs
Dimanche 04/10	8h30	Esterel Est : Les Veissières		7,5km 150m	3h00	Nathalie 06 20 56 95 30
	8h00	Esterel Est : Rastel d'Agay - Grenouillet		10,5km 320m	3h00	Michel B 06 85 83 80 06
	7h00	Bairols (06) : La Crête de Chabanel		17km 850m	5h00	Damien 07 86 28 16 05
Mercredi 07/10	9h15	Esterel Est : Le Mont de Théoule		13km 420m	5h00	Roland 06 07 84 93 18
	8h00	Montauroux (83) : Lac de St Cassien - Fondurane - Les Esterets du Lac		16km 490m	5h30	Dominique A 06 32 39 48 27
Dimanche 11/10	8h00	Esterel Est : Les Ruines de Dissate - La Font du Pommier		9,5km 180m	3h00	Pierre 06 26 27 54 35
	8h30	Roquebrune (83) : Vaucoulongue par le Fournel		17,6km 460m	6h00	Gilles 06 74 53 35 29
	7h15	Trigance (83) : Rougon - Ponts de Tusset - Carajuan - Pont de Sautet	SP	20km 1030m	7h30	Raimundo 06 83 44 31 94
Mercredi 14/10	7h00	Trigance (83) : Belvédère de Rancoumas		15km 500m	5h00	Michel F 06 62 09 08 08
	8h30	Le Vieux Cannet (83) : Les Mines de Bauxite		17km 600m	5h30	Jean Marie 06 63 04 24 93
Samedi 17/10	10h00	Assemblée Générale suivie d'un apéritif Hôtel Résidences du Colombier au 1239 Rue des Anciens Combattants AFN à Fréjus				
Dimanche 18/10	7h45	Roquebrune (83) : Les Campons		11km 320m	3h30	Graziano 06 15 13 59 82
	7h00	Sollies - Ville (83) : Le Coudon		16,5km 800m	6h00	Guy 06 34 87 91 75
Mercredi 21/10	7h00	Puget-Ville - Belgentier (83)				
		G3: Moulin du Gapeau à Belgentier (D -450m)		11km 290m	4h30	Michel B 06 85 83 80 06
		G2: Roc Baron à Belgentier par le GR9 (D -780m)		13km 540m	4h30	Michel F 06 62 09 08 08
		G1: Pugetà Belgentier par le GR51		17,5km 800m	6h00	Damien 07 86 28 16 05
Dimanche 25/10	8h15	Esterel Est : Autour du Pic de l'Escale		10,5km 270m	3h00	Jean Paul 06 61 40 41 35
	8h00	Barjols (83) : Château de Pontavès - Couvent des Carmes - Circuit des Fontaines		11km 300m	4h00	Anne Marie 06 42 69 20 05
	7h00	Gilette (06) : Le Tour du Mont Lion	SP	14,5km 1000m	6h00	Damien 07 86 28 16 05
Mercredi 28/10	8h00	Théoule sur Mer (06) : Miramar - ND d'Afrique		14km 420m	4h30	Michel B 06 85 83 80 06
	7h30	Moustiers (04) : ND de Beauvoir - L'Etoile Mystérieuse		14km 700m	4h30	Aristide 06 83 40 24 34



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

SP

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

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

Séjours à venir ...



Séjour "Neige" à L'Alpe d'Huez (38)

7J/6N du 23 au 29/01/21

VTF "Balcon de l'Alpe"

570€ (transport car inclus)

Inscription : Dominique Canavesio 06 30 53 17 56



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