

Mardi 6 :	MOYENNE
<p>Barre de Font Blanche – le Montounier CEYRESTE 14.5 km - Dénivelé +/-460 m cotation FFRP – E3 T3 R3</p>	
<p>Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Dimanche 11 :	DIFFICILE
<p>Col des Fourches GONFARON 16 km - Dénivelé +/-613 m cotation FFRP – E3 T3 R3</p>	
<p>Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Mardi 13 :	FACILE
<p>Les Pousselons- la Navarre – Dolmen de Montbel SOLLIES - PONT 10.8 - Dénivelée +/- 269 m cotation FFRP – E2 T2 R2</p>	
<p>Animatrice Yolande : 06 16 50 37 98 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Dimanche 18 :	DIFFICILE
<p>Les vasques de Boulou et la chartreuse de la Verne COLLOBRIERES 13 km - Dénivelé +/-396 m cotation FFRP – E4 T4 R4 –</p>	
<p>Animateur Frédéric : 07 77 60 94 34 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	

Mardi 20 :	FACILE
<p>Brégançon - Bormes les mimosas BREGANCON 12.5 km – Dénivelé +/- 225 m cotation FFRP – E2 T2 R2</p>	
<p>Animateur Marc : 06 16 22 09 64 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Dimanche 25 :	FACILE
<p>Le Gaou – le Brusç SIX FOURS I 11 km - Dénivelé +/-50 m cotation FFRP – E2 T2 R2 –</p>	
<p>Animateur Marc : 06 16 22 09 64 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Mardi 27 :	MOYENNE
<p>Les deux Castellans et Valcros SOLLIES-PONT 14 km - Dénivelé +/- 511 m cotation FFRP – E3 T3 R3 -</p>	
<p>Animateur Frédéric : 07 77 60 94 34 Départ 9h00 parking Aire de covoiturage de BUT</p>	
<p>Dimanche 1 Février : Notre club fête les Rois et les Reines à Notre Dame des Anges à PIGNAN :</p>	
<p>Petite randonnée le matin pour les courageux ,suivie de grillades pour tous et Loto dans l'après-midi. Des précisions sont à venir. Réservez cette date et VENEZ NOMBREUX</p>	
<p>GALETTE DES ROIS</p>	

Pour toutes les sorties, l'inscription auprès de l'animateur est obligatoire la veille avant 20h, uniquement par SMS ! L'heure indiquée est d'heure de départ, il faut donc être sur place une dizaine de minutes avant !

Pour toutes les sorties, l'animateur se réserve le droit d'annuler ou de remplacer en cas de vigilance météo !

MARCHE NORDIQUE A :

- 9h30 LES LUNDIS MATIN AU PLAN DE LA GARDE LE PRADET avec MARC
- 9h00 LES VENDREDIS et MERCREDIS MATIN A LA CASTILLE / LA CRAU avec CHRISTIAN

Inscriptions et renseignements auprès de :

Marc : 04 94 20 64 73 - 06 16 22 09 64

Christian : 06 37 31 72 11

ESPACE ASSOCIATIF Y. ET J. MURAT

2, impasse de l'enclos 83210 SOLLIÈS-PONT

TÉL. : 06 16 22 09 64 - 04 94 20 64 73

leidraoun83@gmail.com - leidraoun.wifeo.com

Une réunion a lieu le 1er lundi de chaque mois, vous pouvez nous faire parvenir vos questions et suggestions avant cette réunion.

Les sorties impliquent une participation des passagers au transport. Il est important de se mettre d'accord avec le chauffeur dès le départ

Merci de penser à des chaussures de rechange pour le trajet

Les animateurs du club LEÏ DRAÏOUN

Président Animateur Marc : 06 16 22 09 64

Animateur Christian : 06 37 31 72 11

Animateur Frédéric : 07 77 60 94 34

Animateur Hubert : 06 86 40 29 42

Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77

Animatrice Yolande : 06 16 50 37 98

TRÈS FACILE

Accessible à tous.

FACILE

Accessible à la plupart des personnes marchant régulièrement.

MOYENNE

Accessible aux personnes en bonne forme physique et avec un minimum d'expérience.

DIFFICILE

Accessible aux bons randonneurs capables d'évoluer en terrain accidenté.

TRÈS DIFFICILE

Accessible aux randonneurs confirmés et expérimentés en bonne forme physique.

Pour accéder aux photos, programmes et autres informations, consultez : <http://leidraoun.wifeo.com>

Pour les randos et marches nordiques, les participants devront avoir sur eux leur licence !