

Mardi 1 :	MOYENNE
<p>Le Pilon Saint Clément NEOULES 12.6 km - Dénivelée +/- 408 m cotation FFRP – E4 T3 R3 –</p> <p>Animateur François : 06 82 27 41 17 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Samedi 5 :	FACILE
<p>Concours de photos et randonnée urbaine au fil de l'eau du Parc Astoin - Salle des fêtes - Parc du Chateau SOLLIES-PONT 5 km - Dénivelé +/- 0 m Organisé par la mairie et le Club Photo de la Vallée du Gapeau Voir document joint à cet envoi</p> <p>Animateur : Fredéric : 07 77 60 94 34 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Dimanche 6 :	MOYENNE
<p>Tour des 3 barrages de la Ste Victoire BEAURECUEIL 16 km - Dénivelée +/- 409 m cotation FFRP – E3 T3 R3 -</p> <p>Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77 Départ 8h30 parking BOULODROME</p>	
Mardi 8 :	FACILE
<p>Plage d'Argent / moulin du Bonheur + Visite guidée des vergers par Conservatrice Ile de PORQUEROLLES 7 km - Dénivelée +/- 132 m cotation FFRP – E2 T2 R2 -</p> <p>Inscription jusqu'au 4 Avril</p> <p>Animateur : Christian/ Yolande : 06 37 31 72 11 Départ 8h00 parking BOULODROME</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Navette Départ : 9h / Retour : 17h30 - 17.70 euros + 65 ans - 22 euros pour la jeunesse</p> <p style="text-align: center;">😊</p> </div>	
Dimanche 13 :	MOYENNE
<p>Pic du Castel DIAOU par la piste de Colle Rousse BAGNOLS en forêt 12.5 km - Dénivelé +/-518 m cotation FFRP – E3 T2 R3 –</p> <p>Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 8h30 parking BOULODROME</p>	

Mardi 15 :	FACILE
<p>Pierrefeuf et la cabane des gardes PIERREFEU 15 km - Dénivelé +/-346 m cotation FFRP – E2 T2 R2 –</p> <p>Animateur Fredéric : 07 77 60 94 34 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Dimanche 20	
LES ANIMATEURS VOUS SOUHAITENT JOYEUSES PAQUES	
Mardi 22 :	FACILE
<p>RANDOMMELETTE</p> <p>En cette semaine Pascale, chaque randonneur apporte des œufs ou une omelette salée ou sucrée à partager Précisions sur la randonnée à venir</p> <div style="text-align: right;">  </div> <p>Animateur Marc : 06 16 22 09 64 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	
Samedi 26	
<p>RANDONNEE du DEPARTEMENT du VAR à SIOU-BLANC encadrée par les animateurs des clubs du VAR avec 2 parcours Sentier du souvenir :13 km et Randonnée des familles:5 km Precisions à venir</p> <p>Inscription auprès de Marc : 06 16 22 09 64</p>	
Mardi 29 :	FACILE
<p>Apié des Sambalettes - Valcros CUERS 10.6 km - Dénivelée +/- 388 m cotation FFRP – E2 T2 R3</p> <p>Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77 Départ 9h00 parking BOULODROME</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 !

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
leidraioun83@gmail.com - leidraioun.wifeo.com

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

Merci de penser à des chaussures de rechange pour le trajet en voiture

Les animateurs du club LEÏ DRAÏOUN

Président Animateur Marc : 06 16 22 09 64
Animateur Frédéric : 07 77 60 94 34
Animateur Christian : 06 37 31 72 11
Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77
Animateur François : 06 82 27 41 17
Animateur Hubert : 06 86 40 29 42

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://leidraioun.wifeo.com>

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