

<p>Dimanche 4 :</p> <p style="text-align: center;">Grotte du Védi Plan d'AUPS 12 km - Dénivelé +/- 444 m Longue descente avant pique-nique cotation FFRP – E3 T3 R2 -</p> <p>Animateur François : 06 82 27 41 17 Départ 8h30 parking BOULODROME</p>	MOYENNE
<p>Mardi 6 :</p> <p style="text-align: center;">Boucle : Gigaro – cap Lardier – cap Taillat LA CROIX VALMER 16 km - Dénivelé +/- 400 m cotation FFRP – E3 T3 R3 –</p> <p>Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 8h30 parking BOULODROME</p>	MOYENNE
<p>Dimanche 11 : Balade en CAMARGUE</p> <p style="text-align: center;">Domaine de la Palissade SALIN de GIRAUD Reserve naturelle ,entrée : 5 euros Balade 8,8 km - Dénivelée +/- 8 m Zone de pique-nique, petit tour sur la plage de Piémanson, embouchure du Rhône Renseignements complémentaires sur site : http://www.palissade.fr/camarque/ Prévoir appareil photo,jumelles et anti-moustique</p> <p>Animateur Marc : 06 16 22 09 64 Départ 8h00 parking BOULODROME</p>	FACILE ! PAS DE CHIEN
<p>Mardi 13 :</p> <p style="text-align: center;">Barrage de Malpasset , lac de l'Avellan FREJUS 12.7 km - Dénivelée +/- 345 m cotation FFRP – E2 T3 R3 -</p> <p>Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77 Départ 8h30 parking BOULODROME</p>	FACILE

<p>Samedi 17 - Dimanche 18</p> <p style="text-align: center;">Week-end Gîte d'étape : l'Esgargot à QUINSON</p>	
<p>Samedi 17 : Gorges de Baudinard et lac de Montpezat 10.5 km dénivelé +/- 283m</p>	FACILE
<p>Dimanche 18 : Lac de Ste Croix et tour de Bauduen 15.5 km dénivelé +/- 437m</p>	MOYENNE
<p>Animateur Christian et Yolande : 06 37 31 72 11 Départ samedi 8h00 parking BOULODROME</p> <p style="text-align: right;"><i>Précisions sur ce séjour en PJ de cet envoi. il reste quelques places,n'hésitez pas à vous inscrire</i></p>	
<p>Mardi 20 :</p> <p style="text-align: center;">De Valcros au col du Babaou La LONDE les MAURES 12 km - Dénivelée +/- 390 m cotation FFRP – E3 T2 R2 –</p> <p>Animateurs Frédéric : 07 77 60 94 34 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	MOYENNE
<p>Dimanche 25</p> <p style="font-size: 2em;">LEI DRAÏOUN FÊTENT LES MAMANS</p>	
<p>Mardi 27 :</p> <p style="text-align: center;">La Roquette GONFARON 15.1 km - Dénivelé +/-415 m cotation FFRP – E3 T3 R3 –</p> <p>Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77 Départ 9h00 parking BOULODROME</p>	MOYENNE

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.

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://leidraoun.wifeo.com>

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