



# SEPTEMBRE



# 2025



**Samedi 6**

**FORUM DES ASSOCIATIONS**  
10h – 17h  
Parc du château à Solliès-Pont

**Samedi 13**

**REPAS de REPRISE**  
*Au cabanon de Raymond et Suzy*

*Piquenique partagé : salades composées, pizzas, cakes, tartes etc préparés et apportés par chacun.*  
*Ne pas oublier ses couverts, assiette et une bouteille d'eau.*  
*Participation 10 € pour Apéritif, dessert et café*  
*Inscription et règlement Simone : 06 80 96 33 39 avant le mardi 09/09*

Départ **11h30** parking **BOULODROME** pour covoiturage

**Dimanche 21:**

**Journée du Patrimoine** **FACILE**

**Visite de l'Abbaye du Thoronet**  
Randonnée autour de l'Abbaye  
7 km - Dénivelée +/- 200 m  
ou selon la température si trop chaud :  
4.2 km - Dénivelée +/- 15

Animateur **Marc : 06 16 22 09 64**  
Départ **9h00** parking **BOULODROME**

**REPRISE MARCHE NORDIQUE**

**Lundi 22 au plan de la Garde avec Marc**

**Mercredi 24 et Vendredi 26 à la Castille avec Christian**

**Mardi 23** **MOYENNE**

**De Valcros au col du Babaou**  
**La LONDE les MAURES**  
12 km - Dénivelée +/- 390 m  
cotation FFRP – E3 T2 R2 –

Animateur **Frédéric : 07 77 60 94 34**  
Départ **8h30** parking **BOULODROME**

**Dimanche 28** **FACILE**

**Sur les hauteurs du vieux HYERES**  
**HYERES les Palmiers**  
10 km - Dénivelé +/-240 m  
cotation FFRP – E2 T2 R2 –

Animateur : **Yolande :06 16 50 37 98**  
Départ **9h00** parking **BOULODROME**

**Mardi 30** **FACILE**

**De l'Ayguade à la Capte**  
**HYERES**  
15 km - Dénivelé +/-0 m  
cotation FFRP – E2 T2 R2 –

Animateur **Christian : 06 37 31 72 11**  
Départ **9H00** parking **BOULODROME**

**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 MATIN A LA CASTILE / 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

***Pensez à vous munir de monnaie !***

***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 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  
Animateur 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 !***