

Dimanche 5 :	FACILE
La Barralière SIOU BLANC 11.7 km - Dénivelé +/-350 m cotation FFRP – E2 T2 R2	
Animateur Marc : 06 16 22 09 64 Départ 9h00 parking BOULODROME	
Mardi 7 :	MOYENNE
Col de Garde Le BROUSSAN 12 km - Dénivelé +/-499 m cotation FFRP – E3 T3 R3	
Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 8h30 parking BOULODROME	
Dimanche 12 :	MOYENNE
Barrage de la Verne-chapelle Ste Magdeleine-château de La Môle La MÔLE 15.25 km - Dénivelée +/- 394 m cotation FFRP – E3 T2 R2	
Animateur Frédéric : 07 77 60 94 34 Départ 8h30 parking BOULODROME	
MARDI 14 RELÂCHE DES ANIMATEURS	

Dimanche 19 :	DIFFICILE
Pic de Bertagne- la glacière-la grande Baume PLAN D'AUPS 12 km – Dénivelé +/- 755 m cotation FFRP – E3 T3 R3	
Animateur Christian : 06 37 31 72 11 Départ 8h30 parking BOULODROME	
Mardi 21 :	FACILE
Le rocher du Gueit et sa crête CAMPS la source 10 km - Dénivelé +/-289 m cotation FFRP – E2 T2 R2 –	
Animateur Yolande : 06 16 50 37 98 Départ 9h00 parking BOULODROME	
Dimanche 26 :	MOYENNE
Cheminée couchée-plage du Pellegrin La LONDE les MAURES 12 km - Dénivelé +/- 281 m cotation FFRP – E2 T3 R3 -	
Animateur Hubert : 06 86 40 29 42 Départ 9h00 parking BOULODROME	
Mardi 28 :	MOYENNE
Hameau de ste croix et chute du Caramy CARCES 17.3 km - Dénivelé +/-227 m cotation FFRP – E2 T2 R2 –	
Animateur Jean-Paul : 07 81 51 61 77 Départ 8h30 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 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 !