

<p><b>Dimanche 3 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Vallon des seignors / petit Tuny GEMENOS</b> 14 km - Dénivelé +/-690 m cotation FFRP – E3 T3 R3</p> <p>Animateur <b>Jean-Paul</b> : 07 81 51 61 77 Départ <b>8h00</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>DIFFICILE</b>
<p><b>Mardi 5</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La bergerie des Maigres MEOUNES</b> 15.6 km - Dénivelé +/-533 m cotation FFRP – E3 T3 R3</p> <p>Animateur <b>François</b> : 06 82 27 41 17 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>MOYENNE</b>
<p><b>Dimanche 10 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La presqu'île de St Mandrier SAINT MANDRIER</b> 10 km - Dénivelée +/- 232 m cotation FFRP – E2 T2 R3</p> <p>Animateur <b>Christian</b> : 06 37 31 72 11 Départ <b>9h00</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>FACILE</b>
<p><b>Mardi 12 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Château-fontaine de la Guillaudière ROUGIERS</b> 11.4 km - Dénivelée +/- 400 m cotation FFRP – E2 T2 R2 -</p> <p>Animateur <b>Marc</b> : 06 16 22 09 64 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>FACILE</b>

<p><b>Dimanche 17 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Patriar et piste de Valescure COLLOBRIERE</b> 15 km – Dénivelé +/- 430 m cotation FFRP – E3 T2 R2 -</p> <p>Animateur <b>Frédéric</b> : 07 77 60 94 34 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>MOYENNE</b>
<p><b>Mardi 19 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La Verne-le radar COLLOBRIERES</b> 14 km - Dénivelé +/-480 m cotation FFRP – E3 T2 R3 –</p> <p>Animateur <b>Jean-Paul</b> : 07 81 51 61 77 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>MOYENNE</b>
<p><b>Dimanche 24 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Sommet du Laquina et de la Maure BORMES les mimosas</b> 12 km - Dénivelé +/- 358 m cotation FFRP – E3 T2 R2 -</p> <p>Animateur <b>Frédéric</b> : 07 77 60 94 34 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>MOYENNE</b>
<p><b>Mardi 26 :</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Pic du Castel DIAOU par la piste de Colle Rousse BAGNOLS en forêt</b> 11.5 km - Dénivelé +/-477 m cotation FFRP – E3T2 R3 –</p> <p>Animateur <b>Christian</b> : 06 37 31 72 11 Départ <b>8h30</b> parking <b>BOULODROME</b></p>	<b>MOYENNE</b>

**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 !**

Le Comité Départemental de Randonnée Pédestre du Var organise comme chaque année « **la randonnée de NOËL**(8.5 km) » qui aura lieu **le samedi 21 Décembre** au château du « *Pas du Cerf* » à la *Londe les Maures* suivie d'une dégustation de vin. La participation est de 5 euros. **Aux grands-parents du club** qui amèneront leurs **petits-enfants** randonner

\* \* \* \* \* Leï Draïoun offre leur participation. \* \* \* \* \*

**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

***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

**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 !***