



PROGRAMME MARS - AVRIL 2023

Mise à jour du 8 Mars 2023



DATE	ANIMATEUR	HEURE DEPART	DIST Km A/R	CO	AGE	COMMUNE et INTITULE	FORCE	DISTANCE (Km)	DENIVELE (m)
------	-----------	--------------	-------------	----	-----	---------------------	-------	---------------	--------------

RANDONNEE PEDESTRE

MARS 2023

Mer 01/03	GPA	Annulée	10	1 €	Le Landon La Pierre d'Avenon - Bormes	2	16	450
Ven 03/03	MPB	13h30	26	2 €	Autour de Bargean - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	180
Dim 05/03		8h30		0 €	(Fête des Gands-Mères)			
Mar 07/03	DMA	13h30	14	1 €	Valcros Figuières - La Londe (1/2j)	1	7	100
Mer 08/03	GPA	8h30	12	1 €	Cavalière - Le Lavandou	2+	18	550
Ven 10/03	MPB	13h30	6	1 €	Pointe de la Ris Favière - Bormes (Douce 1/2j)	1+	6	5
Dim 12/03	GGO	8h30	20	2 €	Babaou Lambert - Bormes	2	14	500
Mar 14/03		9h00			Ouverture Chantier Corso du Lavandou			
Mar 14/03	DBU	13h30	8	1 €	Pas de la Griotte Cabasson - Bormes (1/2j)	1+	8	150
Mer 15/03	HOH	8h30	26	2 €	Vallon des Caunes et de la Gourre - Bormes	1+	15	400
Ven 17/03	SER	13h30	7	1 €	Notre Dame de Constance - Bormes (1/2j)	1+	7	150
Sam 18/03		9h00			Corso Fleuri du Lavandou - Fleurissement			
Dim 19/03		9h00			Corso Fleuri du Lavandou - Défilé			
Mar 21/03	MPB	13h30	6	1 €	Cardenon - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	200
Mer 22/03	JSA	8h30	40	3 €	Menhir Lambert - Collobrières	1+	15	350
Ven 24/03	MPB	13h30	18	2 €	Chemin des Anamites - La Londe (Douce 1/2j)	1	6	10
Dim 26/03	HOH	8h30	84	6 €	Barres de Cuers - Belgentier (Election Département.)	2+	17	800
Mar 28/03	SER	13h30	20	2 €	Argentiere L'Estagnol - La Londe	2	10	150
Mer 29/03	DMA	8h30	30	2 €	Valcros Babaou - La Londe	2+	16	600
Ven 31/03	GPA	13h30	18	2 €	Saint Honoré - La Londe (Douce 1/2j)	1	7	100

AVRIL 2023

Dim 02/04	GGO	8h30	114	8 €	Gros Cerveau - Evenos (Election Département.)	3+		
Lun 03/04	DPLB/GPA				Semaine Préolympique du Lavandou			
Mar 04/04	MPB	13h30	8	1 €	Cretes du Niel Angueiroun - Bormes (Douce 1/2j)	1	8	100
Mer 05/04	SER/GPA	8h30	74	5 €	L'Escalet Pampelone - Ramatuelle	2	16	500
Ven 07/04	JSA	13h30	78	6 €	Les Chapelles - Cuers	1+	8	250
Dim 09/04					Pâques - Jour Férié			
Mar 11/04	GPA	13h30	10	1 €	Coste Dresh - Bormes	2	8	300
Mer 12/04		8h30		0 €				
Ven 14/04	DMA	13h30	26	2 €	Valcros Tamaris - La Londe	2	10	200
Sam 15/04					Début des vacances scolaires			
Dim 16/04	HOH	8h30	116	8 €	La Cadiere d'Azur Le Castellet - La Cadière	2	16	570
Mar 18/04	MPB	13h30	8	1 €	Vallon de l'Amandier (Douce 1/2j)	1+	8	190
Mer 19/04	GPA	8h30	30	2 €	Les Vanades - La Londe	2	18	600
Ven 21/04	MPB	13h30	6	1 €	Hauteurs de la Favière - Bormes (Douce 1/2j)	1+	6	200
Dim 23/04		8h30		0 €				
Mar 25/04	SER	8h30	74	5 €	Escalet Taillat Lardier - Ramatuelle (j)	2	14	300
Mer 26/04	GGO	8h30		0 €				
Ven 28/04	MPB	13h30		0 €	Dom Sud par Gratteloup - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	190
Dim 30/04	JSA	8h30	130	9 €	La Glacière Pivaut - Mazaugues	1+	15	400

MARCHE NORDIQUE

MARS 2023

Sam 04/03		8h30		0 €				
Sam 11/03		8h30		0 €				
Sam 18/03		9h00		0 €	Corso Fleuri du Lavandou - Fleurissement			
Sam 25/03	AMI	8h30	8	1 €	Crêtes du Trapan	1+	10	200

AVRIL 2023

Sam 01/04		8h30		0 €				
Sam 08/04		8h30		0 €				
Sam 15/04	AMI	8h30		0 €				
Sam 22/04		8h30		0 €				
Sam 29/04	AMI	8h30		0 €				

Pour contacter les animatrices et les animateurs

Marie-Paule BAZIN	MPB	07 55 60 29 17	Alain MICHEL	Pdt	06 08 60 81 10	Gérard PAILLE	GPA	06 81 33 17 54
Michel BRULE	MBR	06 74 99 14 86	Bernard KLOTZ	BKL	06 12 55 71 53	Michel RIBAUT	MMR	06 86 40 07 85
Dominique BUISSON	DBU	06 10 83 54 26	Didier MARQUIS	DMA	06 67 06 35 60	Jean-Paul RUCHET	JPR	06 81 15 33 16
Suzanne ERBETTA	SER	06 82 10 18 27	Claude MERAT	CME	06 35 59 34 32	Jean SAVOLDELLI	JSA	06 71 20 32 38
Guy GOMILA	GGO	06 74 49 53 86	Alain MICHEL	AMI	06 08 60 81 10	Robert SIEFFERMANN	RSI	06 13 76 04 37
			Hagop OHANESSIAN	HOH	06 72 81 53 24			