



# PROGRAMME MARS - AVRIL 2024

Mise à jour du 9 Avril 2024



RANDONNEE PEDESTRE	MARCHE NORDIQUE	MARCHE AQUATIQUE COTIERE
--------------------	-----------------	--------------------------

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

MARS 2024									
Ven 01/03	MPB	13h30	6	1 €		Le Grand tour du Niel - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	195
Sam 02/03	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 03/03	Annulée	7h00	240	16 €		Les Goudes Sommet de Marseilleveyre - Marseille	3	15	700
Inscription auprès de Jean Savoldelli - Tel : 06 71 20 32 38									
Lun 04/03	CBA			0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 05/03	GPA	13h30	10	1 €		Dans les Mimosas à Tezenas - Bormes (1/2j)	1+	8	250
Mer 06/03	DMA	8h30	72	5 €		Le Coudon - Solliès Ville	2+	14	600
Ven 08/03	Annulée	13h30	24	2 €		La Londe Jadis - La Londe (Douce 1/2j)	1	7	0
Sam 09/03	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 10/03	Annulée	8h30	78	6 €		Chapelle Sainte Christine - Cuers			
Lun 11/03						Fin des Vacances Scolaires - Reprise des Cours			
Lun 11/03	Annulée	8h30	18	2 €		Circuit du Trail des 3 Dauphins - Le Lavandou	3+	25	1300
Mar 12/03	MPB	13h30	24	2 €		La Londe Jadis - La Londe (Douce 1/2j)	1	7	0
Mer 13/03	GPA	13h30	4	1 €		La Favière l'Esquilette par le Littoral - Bormes	2	8	120
Ven 15/03	MPB	13h30	8	1 €		Les Hauteurs de la Favière - Bormes (Douce 1/2j)	1+	9	180
Sam 16/03	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 17/03	DBU	8h30		0 €		Brégançon l'Estagnol - Bormes	1+	13	150
Lun 18/03	CBA			0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 19/03	Indisponible	13h30	10	1 €		Coste Dresh - Bormes (1/2j)	2	8	300
Mer 20/03	HOH	8h30	134	9 €		Rando - Carcès	2	18	500
Ven 22/03	MPB	13h30	28	2 €		Dom Sud Labade - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	190
Sam 23/03	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 24/03	DMA	8h30	74	5 €		Le Faron - Toulon	2	13	400
Lun 25/03	CBA	13h30		0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 26/03	DBU	13h30	14	1 €		Pas de la Griotte Cabasson - Bormes (1/2j)	1+	8	150
Mer 27/03	JSA	8h30	104	7 €		Plaine des Maures - Les Mayons	1	13	100
Ven 29/03	JSA	13h30	104	7 €		Castel des Maures - Les Mayons (1/2j)	1	8	200
Sam 30/03						Corso du Lavandou			
Dim 31/03						Corso du Lavandou - Pâques - Férié			

AVRIL 2024									
Lun 01/04						Lundi de Pâques - Férié			
Mar 02/04						Semaine Olympique Paralympique - Le Lavandou			
Mer 03/04		8h30		0 €					
Jeu 04/04	AMI/DMA	8h30	14	1 €		Rando SOP - Dplb - Cavalière - Le Lavandou (1/2j)	1+	8	100
Ven 05/04	MPB	13h30	12	1 €		Le Vallon de l'Amandier - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	100
Sam 06/04	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 07/04	GGO	8h30	54	4 €		Presqu'île de Giens Est - Hyères	2	13	250
Lun 08/04	CBA	14h00		0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 09/04	Annulée	13h30	38	3 €		Les Salins - Hyères (1/2j)	1	9	100
Mer 10/04	SER	8h30	80	6 €		Cap Taillat - Ramatuelle	2	15	250
Ven 12/04	Reportée	13h30		0 €					
Sam 13/04	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 14/04	GGO	8h00	156	11 €		Pic de l'Ours - Agay	2+		
Lun 15/04	CBA	14h00		0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 16/04		13h30		0 €		(1/2j)			
Mer 17/04	HOH	8h30	100	7 €		Les Aiguilles du Siou blanc - Méounes	2	15	540
Ven 19/04	MPB	13h30	28	2 €		Lac du Grand Noyer - Bormes (Douce 1/2j)	1+	8	190
Sam 20/04						Début des Vacances Scolaires - 20/03 au 05/05/24			
Sam 20/04	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 21/04	SER	8h30	74	5 €		L'Escalet Cap Camarat - Ramatuelle	2	15	350
Lun 22/04	CBA	14h00		0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 23/04	DMA	13h30	25	2 €		Gient Ouest - Hyères (1/2j)	2	7	250
Mer 24/04	DMA	8h30	80	6 €		L'Eléphant de Pierre - Solliès Toucas	1+	15	200
Ven 26/04	Reportée	13h30		0 €					
Sam 27/04	Indisponible	8h30		0 €		MN			
Dim 28/04	HOH	8h30	118	8 €		Le Latay - Signes	2+	17	500
Lun 29/04	CBA	13h30		0 €		MAC - Pause Hivernale			
Mar 30/04	JSA	8h00	150	10 €		Le Cap Roux - Agay (journée)	1+	10	510

### Pour contacter les animatrices et les animateurs

Catherine BARBIER	CBA	06 85 77 22 87	Alain MICHEL	Pdt	06 08 60 81 10	Gérard PAILLE	GPA	06 81 33 17 54
Marie-Paule BAZIN	MPB	07 55 60 29 17	Guy GOMILA	GGO	06 74 49 53 86	Michel RIBAUT	MMR	06 86 40 07 85
Michel BRULE	MBR	06 74 99 14 86	Bernard KLOTZ	BKL	06 12 55 71 53	Jean-Paul RUCHET	JPR	06 81 15 33 16
Dominique BUISSON	DBU	06 10 83 54 26	Didier MARQUIS	DMA	06 67 06 35 60	Jean SAVOLDELLI	JSA	06 71 20 32 38
Suzanne ERBETTA	SER	06 82 10 18 27	Alain MICHEL	AMI	06 08 60 81 10	Robert SIEFFERMANN	RSI	06 13 76 04 37
			Hagop OHANESSIAN	HOH	06 72 81 53 24			