

Tel SLV: 04 94 03 02 25 (Informations sur la sortie, la veille à partir de 17 heures par SMS et lieu de RV)

Cotation :

EFFORT



TECHNICITÉ



Effort : Cela correspond à l'effort physique que le randonneur doit fournir en fonction de la longueur de l'itinéraire, de l'allure, du dénivelé.

- E1 = Marche douce (pas à SLV)

- E2 = Promenade et petite randonnée, randonnée urbaine, maxi 6-7km dénivelé inférieur à 100m

- E3 = Randonnée sans grosse difficulté, engagement physique mesuré, 10-14km, dénivelé de 200 à 500m

- E4 = Assez difficile, nécessitant un randonneur expérimenté pour des randonnées soutenues avec engagement physique, 15-17km, dénivelé 500 à 700m

- E5 = Difficile, engagement physique important, randonnée très soutenue nécessitant un randonneur expérimenté et entraîné, 15-22km, dénivelé 500 à 700m et plus.

Technicité : Cela concerne l'état du sentier, la présence plus ou moins importante d'obstacles :

- T1 = Chemin ou sentier plat ou pentu, terrain gravillonné et agréable, quasiment pas d'obstacles.

- T2 = Parcours ou sentier caillouteux avec dénivelés fréquents. Obstacles de la hauteur des chevilles et des genoux.

- T3 = Parcours très rocailloux, raviné, éboulis, pierriers, dénivelés importants positifs et négatifs et obstacles de la hauteur des hanches.

| Dates / Animateurs | Randonnées du jeudi, Lieu, Effort et Technicité, Distance, Descriptif |
|--|--|
| <p>Date: 9 janvier 2025 Heure: 9:00 N° 2107349 Parking: Berg (RCT) Animateurs: Bernard Christian</p> | <p>Lieu: Bandol de Port d'Alon à Bandol Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km: 11,72 Dénivelé: + 350 m Reconnaissance faite: Bernard Itinéraire: Ce beau circuit vient en complément des randonnées existantes et en fait un peu la synthèse. Une promenade dans les vignes puis le long d'un golf avec une belle vue depuis le Roustagnon et pour terminer une belle balade sur le littoral. Les chemins sont très faciles à trouver.</p> |
| <p>Date: 16 janvier Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Robert Christian</p> | <p>Lieu: Pignans visite de la ville, puis, galette des Rois à Notre Dame des Anges Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: T: => Km: Dénivelé: + m Reconnaissance faite: Robert Visite: Un village du Coeur du Var Le nom de Pignanum apparait dans les archives médiévales en 1039. Au moyen-âge, signe d'une grande richesse, le Prévôt de l'église collégiale de Pignans dominait près de 40 prieurés de la région.</p> |
| <p>Date: 23 janvier Heure: 9:00 N° 32890079 Parking: Berg (RCT) Animateurs: Christian Robert</p> | <p>Lieu: La Cadière d'Azur "Autour du vallon du Dégoutant" Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km: 8,6 Dénivelé: + 250 m Reconnaissance faite: Christian Itinéraire: Au Nord de Saint-Cyr, en grande partie sur la commune de la Cadière, de vastes étendues boisées montent graduellement jusqu'à dominer la dépression de Ceyreste et du Grand Caunet et sont entaillées par de profonds vallons dont celui du Fainéant et du Dégoutant.</p> |
| <p>Date: 30 janvier Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Bernard Daniel</p> | <p>Lieu: Ollioulles "Crête du Croupatier et Cap Gros au départ de Chateavallon" Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 1 => Km: 12 Dénivelé: + 450 m Reconnaissance faite: Bernard Itinéraire: Cette randonnée au départ du site culturel de Chateavallon, vous offrira de beaux points de vue sur la rade de Toulon, l'arrière-pays varois et les îles d'Hyères. Cet itinéraire passe par plusieurs sommets, dont le Cap Gros situé à 575 mètres d'altitude.</p> |
| <p>Date: 6 février Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Robert Christian</p> | <p>Lieu: Le Pradet "Visite de la mine de la Garonne, petite rando et crêpe" Mesdame à vos poëles nous on s'occupe du cidre !!! Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: T: => Km: Dénivelé: + m Reconnaissance faite: Petite randonnée Visite: L'un des cinq plus beaux sites minéralogiques du monde. De la vie des mineurs à l'histoire de la roche, la visite de ces anciennes mines de cuivre est une leçon vivante, une aventure fascinante pour petits et grands. Un site exceptionnel situé au sommet du Cap Garonne avec une vue panoramique sur les Iles d'Hyères et la rade de Toulon</p> |
| <p>Date: 27 février Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Christine Robert</p> | <p>Lieu: Cavalaire "Visite de la Maison Foncin et petite rando" 10€ Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: T: => Km: Dénivelé: + m Reconnaissance faite: Visite: Construit par Pierre Foncin, géographe, fondateur de l'Alliance Française, la Maison Foncin aussi appelé le « Casteou dou souleou » (qui signifie château du soleil) est un monument emblématique de l'histoire cavalaire.</p> |

| | |
|--|---|
| <p>Date: 3 mars Heure: 9:00 N° 3881330 Parking:Berg (RCT) Animateurs: Bernard Daniel</p> | <p>Lieu: Carcès "Tour du lac et les chutes du Caramy Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km: 12,8 Dénivelé: + 230 m Reconnaissance faite: Bernard Itinéraire: Tour de Carcès par le lac, en passant par la Chapelle Notre-Dame de Caramy, les chutes, le lac, les hauteurs de Brauch et retour par le village.</p> |
| <p>Date: 13 mars Heure: 9:00 N° 67327943 Parking:Berg (RCT) Animateurs: Christian Robert</p> | <p>Lieu: Cassis "Du ravin de Gorgue Longue au Col de la Gardiole par le Pas des Marmots" Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km: 10,7 Dénivelé: + 365 m Reconnaissance faite: Christian Itinéraire: Une randonnée au départ original qui vous fera découvrir le ravin de Gorgue Longue, un vallon pas trop emprunté aux multiples facettes avec un retour par le Pas des Marmots et une remontée par la Gardiole.</p> |
| <p>Date: 20 mars Heure: 9:00 N° 483717 Parking:Berg (RCT) Animateurs: Bernard Christine</p> | <p>Lieu: Nans les Pins "Source de l'huveaune Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km: 12,6 Dénivelé: + 460 m Reconnaissance faite: Bernard Itinéraire: L'Huveaune prend sa source dans le massif de la Sainte-Baume au niveau de la grotte de Castelette. Il s'agit en fait de plusieurs sources résurgentes et pétifiantes.</p> |
| <p>Date: 27 mars Heure: 9:00 N° Parking:Berg (RCT) Animateurs: Robert Christian</p> | <p>Lieu: Visite de l'oppidum de la Fouirette puis tour du Lac des Escarcets (Voie Romaine carrière de Meules, mares temporaires Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 2 => Km 4 puis 10 Dénivelé +135 puis 100 m Reconnaissance faite: Oui Itinéraire:</p> |
| <p>Date: 3 avril Heure: 9:00 N° Parking:Berg (RCT) Animateurs: Bernard Daniel</p> | <p>Lieu: Hyères à Giens Visite guidée du Château Noir (12€) et petite rando sur le sentier du littoral Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: T: => Km: Dénivelé: + m Reconnaissance faite: Visite: Le jardin, qui s'étend dans une vallée, présente de nombreuses plantes et arbres rares, essentiellement méditerranéens et subtropicaux. Les principales collections sont constituées par des Cycadales et en particulier des Encephalartos, des Dragonniers, des Ficus, des Brachychitons, des Erythrines, des Cussonias...</p> |
| <p>Date: 24 avril Heure: 9:00 N° 2710724 Parking:Berg (RCT) Animateurs: Bernard Christian</p> | <p>Lieu: La Garde Freinet "Le fort Freinet, la croix des Maures et les Roches Blanches" Randonnée / Cotation (E1 à E5 et T1 à T3) => Cotation: E: 3 T: 1 => Km: 9,5 Dénivelé: + 340 m Reconnaissance faite: Bernard Itinéraire: Dans l'arrière pays de Saint-Tropez, une belle randonnée qui permet de découvrir la vieille ville de La Garde-Freinet, de beaux paysages de garrigues et de forêts de chênes liège, ainsi que les Roches Blanches, un affleurement rocheux de quartz. Sans oublier la Croix des Maures et Fort Freinet creusé dans le rocher au Moyen Âge.</p> |