



**PROMENEURS, MARCHEURS, RANDONNEURS, BONS RANDONNEURS, RANDONNEURS SPORTIFS**  
*La randonnée ne se fait que si le temps le permet. Les programmes peuvent être modifiés à tout moment.*

**LEI CAMINAIRE**  
 Association randonneurs  
 Callas - Figanières

**Programmes randonnées octobre 2024**

Date d'édition : vendredi 18 octobre

Date	Titre de la randonnée	Temps	Km	Dénivelé	*Km effort	Niveau	Départ	Lieu	Animateur(s)	Covoiturage	Repas
JEU. 3 OCT	Seillans - Lac du Méaulx	3h	10	250	13,1	2 - Marcheurs	13:30	Pigeonnier de Callas	Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67	2 €	
<b>SAM. 5 OCT</b>	Séranon - Col de Valferrière à Col de Clavel Double parking. Départ de Valferrière.	4h	11	+ 130 - 230	12,9	3 - Randonneurs	08:30	Collège de Figanières	René - 06 25 64 61 99	7 €	1 pique-nique
<b>DIM. 6 OCT</b>	Caussols - Le Haut Montet	6h30	15,5	450	21,1	4 - Bons randonneurs	08:00	Collège de Figanières	Max - 06 14 54 50 27	10 €	1 pique-nique
JEU. 10 OCT	La Motte - Ste Roseline - Les Arcs	3h	8	100	9,3	2 - Marcheurs	13:30	Pigeonnier de Callas	Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67	2 €	
<b>SAM. 12 OCT</b>	Roquebrune-sur-Argens - Rocher de Roquebrune	5h	13	350	17,4	3 - Randonneurs	08:00	Collège de Figanières	Richard - 06 69 54 59 67	4 €	1 pique-nique
<b>DIM. 13 OCT</b>	Saint-Cézaire-sur-Siagne - Canal - Grottes de Pâques Double parking	4h30	10	430	15,4	3 - Randonneurs	08:00	Collège de Figanières	Juliette - 06 08 01 76 94	7 €	1 pique-nique
JEU. 17 OCT	Saint-Aygulf - Le Port - Pointe du Corsaire Sentier du littoral.	3h	10	150	11,9	2 - Marcheurs	13:30	Mairie de Figanières	Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67	5 €	
<b>SAM. 19 OCT</b>	Seillans - Le tour du Cuinier	5h	12	370	16,6	3 - Randonneurs	08:30	Collège de Figanières	René - 06 25 64 61 99	4 €	1 pique-nique
<b>DIM. 20 OCT</b>	Gourdon - Aqueduc du Foulon Double parking, attention aux personnes sujettes aux vertiges, nombreux tunnels, prendre frontales.	4h00	9	350	13,4	3 - Randonneurs	08:00	Collège de Figanières	Max - 06 14 54 50 27	11 €	1 pique-nique
MAR. 22 OCT au VEN. 25 OCT	Authon - Randonnées Alpes-de-Haute-Provence au Gîte des Monges - (Randonnées niveaux 3-4).					4 - Bons randonneurs	07:30	Collège de Figanières	Juliette - 06 08 01 76 94 et René - 06 25 64 61 99	20 €	1 pique-nique
JEU. 24 OCT	Ampus - Notre-Dame de Spélouque	3h	10	200	12,5	2 - Marcheurs	13:30	Mairie de Figanières	Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67	3 €	
<b>SAM. 26 OCT</b>	Hyères - Presqu'île de Giens	5h	10	350	14,4	3 - Randonneurs	08:30	Collège de Figanières	Richard - 06 69 54 59 67	12 €	1 pique-nique
<b>DIM. 27 OCT</b>	Trigance - Belvédère naturel de Rancoumas	6h	14	580	21,3	4 - Bons randonneurs	08:30	Collège de Figanières	Michel - 07 69 49 59 23	5 €	1 pique-nique
JEU. 31 OCT	La Motte - Château des Demoiselles	3h	8	150	9,9	2 - Marcheurs	13:30	Pigeonnier de Callas	Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67	2 €	

\*Le kilomètre-effort est une unité prenant en compte à la fois la distance parcourue et le dénivelé.

Pour mieux connaître l'association, les intéressés peuvent participer à une ou deux sorties gratuitement (sous leur propre responsabilité, fournir un certificat médical - Equipement de marche obligatoire).