



**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
Quartier "Les Blimouses"
83830 CALLAS

Programmes randonnées octobre 2024

Date d'édition : vendredi 18 octobre

JEUDI 3 OCTOBRE : Seillans - Lac du Méaulx

Accompagnateurs : Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67
Distance 10 km - Dénivelé 250 m - Temps 3h - Niveau 2 - Marcheurs - Km effort 13,1
Départ Pigeonnier de Callas à 13:30 - Frais de covoiturage 2 €

SAMEDI 5 OCTOBRE : Séranon - Col de Valferrière à Col de Clavel

Accompagnateur : René - 06 25 64 61 99
Distance 11 km - Dénivelé positif 130 m, négatif 230 m - Temps 4h - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 12,9
Départ Collège de Figanières à 08:30 - Frais de covoiturage 7 € - 1 pique-nique
Double parking. Départ de Valferrière.

DIMANCHE 6 OCTOBRE : Caussols - Le Haut Montet

Accompagnateur : Max - 06 14 54 50 27
Distance 15,5 km - Dénivelé 450 m - Temps 6h30 - Niveau 4 - Bons randonneurs - Km effort 21,1
Départ Collège de Figanières à 08:00 - Frais de covoiturage 10 € - 1 pique-nique

JEUDI 10 OCTOBRE : La Motte - Ste Roseline - Les Arcs

Accompagnateurs : Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67
Distance 8 km - Dénivelé 100 m - Temps 3h - Niveau 2 - Marcheurs - Km effort 9,2
Départ Pigeonnier de Callas à 13:30 - Frais de covoiturage 2 €

SAMEDI 12 OCTOBRE : Roquebrune-sur-Argens - Rocher de Roquebrune

Accompagnateur : Richard - 06 69 54 59 67
Distance 13 km - Dénivelé 350 m - Temps 5h - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 17,4
Départ Collège de Figanières à 08:00 - Frais de covoiturage 4 € - 1 pique-nique

DIMANCHE 13 OCTOBRE : Saint-Cézaire-sur-Siagne - Canal - Grottes de Pâques

Accompagnateur : Juliette - 06 08 01 76 94
Distance 10 km - Dénivelé 430 m - Temps 4h30 - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 15,4
Départ Collège de Figanières à 08:00 - Frais de covoiturage 7 € - 1 pique-nique
Double parking

JEUDI 17 OCTOBRE : Saint-Aygulf - Le Port - Pointe du Corsaire

Accompagnateurs : Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67
Distance 10 km - Dénivelé 150 m - Temps 3h - Niveau 2 - Marcheurs - Km effort 11,9
Départ Mairie de Figanières à 13:30 - Frais de covoiturage 5 €
Sentier du littoral.

SAMEDI 19 OCTOBRE : Seillans - Le tour du Cuinier

Accompagnateur : René - 06 25 64 61 99
Distance 12 km - Dénivelé 370 m - Temps 5h - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 16,6
Départ Collège de Figanières à 08:30 - Frais de covoiturage 4 € - 1 pique-nique

DIMANCHE 20 OCTOBRE : Gourdon - Aqueduc du Foulon

Accompagnateur : Max - 06 14 54 50 27
Distance 9 km - Dénivelé 350 m - Temps 4h00 - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 13,4
Départ Collège de Figanières à 08:00 - Frais de covoiturage 11 € - 1 pique-nique
Double parking, attention aux personnes sujettes aux vertiges, nombreux tunnels, prendre frontales.

MARDI 22 OCTOBRE au VENDREDI 25 OCTOBRE : Authon - Randonnées Alpes-de-Haute-Provence

Accompagnateurs : Juliette - 06 08 01 76 94 et René - 06 25 64 61 99
Départ Collège de Figanières à 07:30 - Frais de covoiturage 20 € - 1 pique-nique
Gîte des Monges - (Randonnées niveaux 3-4).

JEUDI 24 OCTOBRE : Ampus - Notre-Dame de Spéluque

Accompagnateurs : Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67
Distance 10 km - Dénivelé 200 m - Temps 3h - Niveau 2 - Marcheurs - Km effort 12,5
Départ Mairie de Figanières à 13:30 - Frais de covoiturage 3 €

**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).*

SAMEDI 26 OCTOBRE : Hyères - Presqu'île de Giens

Accompagnateur : Richard - 06 69 54 59 67

Distance 10 km - Dénivelé 350 m - Temps 5h - Niveau 3 - Randonneurs - Km effort 14,4

Départ Collège de Figanières à 08:30 - Frais de covoiturage 12 € - 1 pique-nique

DIMANCHE 27 OCTOBRE : Trigance - Belvédère naturel de Rancoumas

Accompagnateur : Michel - 07 69 49 59 23

Distance 14 km - Dénivelé 580 m - Temps 6h - Niveau 4 - Bons randonneurs - Km effort 21,2

Départ Collège de Figanières à 08:30 - Frais de covoiturage 5 € - 1 pique-nique

JEUDI 31 OCTOBRE : La Motte - Château des Demoiselles

Accompagnateurs : Martine - 06 11 44 37 44 et Richard - 06 69 54 59 67

Distance 8 km - Dénivelé 150 m - Temps 3h - Niveau 2 - Marcheurs - Km effort 9,9

Départ Pigeonnier de Callas à 13:30 - Frais de covoiturage 2 €
