

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS

LA GODASSE BAGNADO

Programme du 1er Trimestre 2018



BONNE ET HEUREUSE ANNEE

Siège social : Chez Monsieur J-Marie CRUVELLIER
65, Chemin Saint-Pierre -La Castellane
83190 OLLIOULES
Siret : 514 673 763 000 17

Site internet : <http://lagodasse-bagnado.com>

COMITE DE DIRECTION 2017 – 2018

PRESIDENT D'HONNEUR : BALDI EUGENE

=====

<u>Président</u>	CRUVELLIER J-Marie	04.94.63.11.27	06.27.39.18.25
<u>Vice-présidents</u>	GAGGIOLI Ginette	04.94.63.23.04	06.84.18.20.66
	TRIQUET Guy	04.89.30.82.46	06.20.88.08.73
	DUCHAMP André	04.94.63.33.87	06.58.91.16.89
<u>Secrétaire</u>	PAGEOT Murielle	04.94.89.59.65	06.33.28.09.74
<u>Secrétaire Adjoint</u>	PAGEOT Pierre	04.94.89.59.65	06.08.11.01.01
<u>Trésorier</u>	JOURNÉ Alain	04.94.06.72.99	06.07.80.94.72
<u>Trésorier Adjoint</u>	SCARSO Antoine	04.94.63.09.39	----
<u>Membres</u>	AUDOUARD Danielle	04.94.22.56.35	06.41.14.52.05
	BLANC Alain	---	06.44.90.31.07
	BOTTE Gilbert	04.94.38.34.76	06.86.49.32.72
	BOUQUET Jacky	04.94.87.21.33	06.37.15.61.26
	GONDRAN Odile	04.94.09.26.21	06.60.09.59.48
	LALLEMENT Alain	04.94.22.35.22	06.34.95.15.55
	LAMBERT Marc	---	06.07.42.57.06
	PERELLO Corinne	---	06.24.97.28.27
	RIZZO Anne-Marie	04.22.44.09.19	06.12.39.30.24
	SAN-JOSÉ Alain	09.81.61.74.13	06.63.62.93.76
	SCIANDRA Georges	04.94.08.59.40	06.83.41.72.26
	TOGNETTI Richard	04.94.63.08.81	06.87.00.54.04
	VERRE Francis	09.53.86.76.75	06.84.00.38.72

REGLEMENT INTERIEUR RELATIF AUX SORTIES

RESPONSABILITE

Au cours des randonnées, il est important que chacun respecte les consignes des responsables de la randonnée et vice versa, pour la bonne entente de tous, le bon fonctionnement et la sécurité du groupe.

SORTIES ANNULEES

Les sorties annulées pour cause de mauvais temps, pourront, si le responsable le décide, être reportées :

- au Mercredi suivant, pour les sorties du mercredi.
- au Samedi ou au Dimanche suivant, pour les sorties du Dimanche.

Se renseigner après chaque annulation au responsable de la sortie.

SORTIES AUTOCAR – SORTIES CULTURELLES – RESERVATIONS SEJOURS

1°) Nombre de places

Le nombre de places en autocar est désormais limité à 53 ou 55.

Toutes les réservations se feront par chèque. Celles-ci ne seront effectives que le jour de la remise du chèque et un seul chèque par sortie. Les chèques reçus à l'adresse du responsable de la sortie avant le jour de l'ouverture des réservations, ne seront pris en compte que le lendemain de cette date.

Ne pas envoyer de chèque sans avoir prévenu le responsable et sans savoir le nombre de places restantes.

En cas de réservation par téléphone, obligation est faite au demandeur de confirmer rapidement par courrier, adressé chez le responsable de la sortie, avec le chèque joint.

Les inscriptions se feront entre les dates prévues au programme.

2°) Liste d'attente

La liste d'attente sera composée par les adhérents n'ayant pu obtenir de places dans le car, ou pour un séjour. Ceux-ci s'engagent à avertir le responsable de leur changement ou de leur désistement. Ils seront comptabilisés dans l'ordre de leur demande d'inscription.

3°) Les désistements

Au-delà de la semaine précédant la sortie, les désistements ne seront plus remboursés sauf cas de force majeure.

Pour les séjours et week-end, les frais réclamés par l'établissement seront retenus à chacun des absents.

4°) Les invités

Les invités ne seront autorisés à participer aux randonnées que **1 fois**.

S'ils désirent revenir ils seront invités à établir une demande d'adhésion.

QUELQUES PETITS CONSEILS



Un vêtement de pluie type PONCHO est indispensable dans le sac à dos car soleil et ciel bleu peuvent cacher un orage qui se prépare.



Suivant les saisons un vêtement chaud sera apprécié sur les hauteurs.



Quand les jours sont courts ou que l'on visite une grotte, une lampe électrique rend bien des services.



La forêt vous accueille, sachez la protéger. Au cours des arrêts et repas, éviter de laisser traîner les papiers, plastiques, épluchures d'oranges etc... et ramener vos détritus.



Respecter les propriétés privées (certains sentiers les traversent) et ne vous écartez pas des sentiers.



Les temps et durées des randonnées ne sont donnés qu'à titre indicatif et s'appliquent en général à des marcheurs moyens et de bonne volonté.



Pour vos sorties une petite pharmacie (pansements, désinfectant, bande ou ELASTOPLAST, protection solaire, anti-moustique etc...) peut vous être utile.



Les sentiers de la région sont souvent caillouteux, glissants ou accidentés, **vous devez donc vous équiper en conséquence, des chaussures montantes et antidérapantes sont obligatoires.** (Le responsable peut refuser votre présence à la sortie).



S'il vous arrive de vous perdre, restez sur le chemin et attendez que l'on vienne vous rechercher.



Un petit bonjour le matin ne fait pas de mal et ça aide à se connaître, certains oublient encore de le dire !!!



PROGRAMME DES ACTIVITES

1^{er} TRIMESTRE 2018

Jeudi 04 Janvier 2018

SOLLIES-VILLE – RANDONNEE ET VISITE DES CRECHES DANS LE VILLAGE

Départ : 13h30 **Difficulté :** D1

Responsables : M & JM CRUVELLIER – Tél : 04 94 63 11 27
06 27 39 18 25

Dimanche 07 Janvier 2018

GALETTE DES ROIS & TOMBOLA au Foyer des Anciens à 17h30

A chacun de nous faire découvrir ses spécialités **salées**

GALETTES DES ROIS & BOISSONS offertes par le club

Mardi 09 Janvier 2018

OLLIOULES – PARC DE LA CASTELLANE – GATEAU DES ROIS

Départ : 13h45 **Sortie Moyens personnels**

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

Mercredi 10 Janvier 2018

CHATEAUVALLON – FOURS A CADES

Départ : 13h30 **Durée :** 3h00 **Difficulté :** D1

Responsable : Evelyne TONIETTO – Tél : 04 94 22 12 96
06 04 41 91 19

Dimanche 14 Janvier 2018

LE REVEST – PYRAMIDE DE CASSINI – COL DES MORTS

Départ : 08h30 **Durée :** 5h30 **Difficulté :** D1 +

Responsable : Danielle AUDOUARD – Tél : 04 94 22 56 35
06 41 14 52 05

Mardi 16 Janvier 2018

BANDOL – LES HAUTES

Départ : 13h45 **Sortie Moyens personnels**

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

Jeudi 18 Janvier 2018

**LES CALANQUES PAR LA CAYOLLE ET LE PLATEAU DE L'HOMME
MORT**

Départ : 08h00 **Durée :** 5h30 **Difficulté :** D2
Responsables : Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46
06 20 88 08 73
André DUCHAMP – Tél : 04 94 63 33 87
06 58 91 16 89

Mercredi 24 Janvier 2018

TOULON – FORT SAINT-ANTOINE – LA TOUR BEAUMONT

Départ : 13h30 **Durée :** 3h00 **Difficulté :** D1
Responsable : Alain BLANC – Tél : 06 44 90 31 07

Dimanche 28 Janvier 2018

SORTIE EN BUS - DE CARRY LE ROUET A MARTIGUES

Départ : 07h30 **Durée :** 5h00 **Difficulté :** D1 **Bus :** 13 €
Responsables : M & JM CRUVELLIER – Tél : 04 94 63 11 27
06 27 39 18 25

Mardi 30 Janvier 2018

LE BRUSC – LE GAOU

Départ : 13h45 *Sortie Moyens personnels*
Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

Mercredi 07 Février 2018

LE BROUSSAN – LE COL DU CORPS DE GARDE

Départ : 13h30 **Durée :** 3h00 **Difficulté :** D1
Responsables : Alain SAN-JOSE – Tél : 09 81 61 74 13
06 63 62 93 76
Antoine SCARSO – Tél : 04 94 63 09 39

Dimanche 11 Février 2018

CUERS CHAPELLE SAINTE-CHRISTINE PAR LE CASTELLAS

Départ : 08h30 **Durée :** 5h00 **Difficulté :** D1
Responsables : Corinne PERELLO – Tél : 06 24 97 28 27
Alain LALLEMENT – Tél : 04 94 22 35 22
06 34 95 15 55

Lundi 12 Février 2018 et
Samedi 17 Février 2018

**STAGE : FORMATION CARTOGRAPHIE ET BOUSSOLE – PRATIQUE
SUR TERRAIN ET GPS – 4 Séances**

2 dates prévues et 2 autres dates à définir
Durée : 3h00 **De** 8h30 à 11h30 **Inscriptions et
renseignements auprès du Responsable**
Christian VEYRY – Tél : 06 72 68 78 73

Dimanche 25 Février 2018

LA SAINTE BAUME PAR RIBOUX – CHAPELLE DU SAINT-PILON

Départ : 08h00 **Durée :** 5h00 **Difficulté :** D1
Responsables : Richard TOGNETTI – Tél : 04 94 63 08 81
06 87 00 54 04
Francis VERRE – Tél : 09 53 86 76 75
06 84 00 38 72

Mardi 27 Février 2018

SAINT-CYR – MONTAGNE DE SABLE

Départ : 13h45 *Sortie Moyens personnels*
Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

Du 02 Mars au 04 Mars 2018

SEJOUR RAQUETTES DANS LE VALGAUDEMAR

Détail du week-end en annexe

Mercredi 07 Mars 2018

LE BRUSC – SENTIER D LITTORAL – LE GAOU

Départ : 13h30 **Durée :** 3h00 **Difficulté :** D1
Responsables : Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 84 18 20 66
Alain SAN-JOSÉ – Tél : 09 81 61 74 13
06 63 62 93 76

Dimanche 11 Mars 2018

SIGNE – LE PONT DU DIABLE

Départ : 8h00 **Durée :** 5h30 **Difficulté :** D1
Responsables : Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46
06 20 88 08 73
André DUCHAMP – Tél : 04 94 63 33 87
06 58 91 16 89

Mardi 13 Mars 2018

LA SEYNE – LA FORET DE JANAS

Départ : 13h45 *Bus Trimestriel*
Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

JEUDI 15 Mars 2018

REUNION DU COMITE DE DIRECTION 18h00 au local

Mercredi 21 Mars 2018

VALBERTRAND – LE VALLON DES BONNES HERBES

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

**Responsables : Alain SAN-JOSÉ – Tél : 09 81 61 74 13
06 63 62 93 76**

Hubert FELENTZER – Tél : 04 94 22 07 14

Samedi 24 mars 2018

PROJECTION PHOTOS – ESPACE JEAN MOULIN DE 18H00

A 20H00 suivie **ANNULÉE Apportez vos
petites spécialités salées et sucrées. Boissons offertes par
le club.**

Dimanche 25 Mars 2018

SAINT-ZACHARIE – 2 CIRCUITS AU CHOIX

1^{ER} CIRCUIT : L'HERMITAGE – SAINT-JEAN DU PUY

Départ : 8h00 Durée : 5h00 Difficulté : D1

2^{ème} CIRCUIT : LE MONT OLYMPE

Départ : 8h00 Durée : 6h00 Difficulté : D2

**Responsables : Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46
06 20 88 08 73**

**André DUCHAMP – Tél : 04 94 63 33 87
06 58 91 16 89**

Mardi 27 Mars 2018

FABREGAS – DOMAINE DE L'HERMITAGE

Sous réserve – Renseignements ultérieurs

Départ : 13h45 Sortie Moyens Personnels

**Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66**

**Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72**

Du 30 Mars au 06 Avril 2018

**SEJOUR AUTOUR DU MONT ST MICHEL – Inscriptions clauses
mais liste d'attente toujours possible**

**Responsable : Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46
06 20 88 08 73**

Mercredi 04 Avril 2018

DARDENNES – SOURCE DE LA RIPELLE

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

**Responsable : Christian VEYRY – Tél : 04 94 63 35 38
06 72 68 78 73**

Dimanche 08 Avril 2018

FLASSANS – LA VOIE ROMAINE

Départ : 08h00 **Durée :** 5h00 **Difficulté :** D1

Responsables : Marc LAMBERT – Tél : 06 07 42 57 06
Richard TOGNETTI – Tél : 04 94 63 08 81
06 87 00 54 04

Mardi 10 Avril 2018

LA CADIÈRE D'AZUR

Départ : 13h45 **Sortie Moyens personnels**

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04
06 84 18 20 66
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99
06 07 80 94 72

Jeudi 12 Avril 2018

L'ESTEREL – PIC DE L'OURS PAR LE TRAYAS

Départ : 08h00 **Durée :** 5h00 **Difficulté :** D1

Responsables : Richard TOGNETTI – Tél : 04 94 63 08 81
06 87 00 54 04
Francis VERRE – Tél : 09 53 86 76 75
06 84 00 38 72

Nous sommes à la recherche d'animateurs diplômés, les personnes intéressées peuvent s'adressées aux responsables du bureau

PREVISIONS 2^{ème} Trimestre 2018

- Sortie culturelle à Vaison la Romaine le Samedi 05 mai 2018. Détail de la journée en annexe.
- Séjour de Pentecôte du 19 au 20 mai 2018 à Najac dans l'Aveyron. Détail du séjour en annexe.
- Séjour en Corse aux alentours de Bonifacio du 14 au 18 juin 2018. Détail du séjour en annexe.
- Assemblée Générale le Samedi 23 juin 2018.
- Repas de fin de saison le dimanche 24 juin 2018.
- Séjour en Haute Montagne région de CUNEO du 27 juin 2018 au 04 juillet 2018. Détail du séjour en annexe.

NOTA :

- Tous les départs se font de la place Paul Lemoyne, sauf pour les sorties en autocar qui se font devant l'office de tourisme.
- Le nombre de places en autocar est limité, prière de se faire inscrire auprès du responsable de la sortie : 1 seul chèque par sortie.
- Si vous n'utilisez pas votre véhicule, pensez à indemniser le chauffeur, **cette indemnité ne devra toutefois pas dépasser 0,15€ par kilomètre** divisés par le nombre de personnes dans le véhicule (Non compris les frais d'autoroute).
- Ce programme n'est pas contractuel et le CD se réserve le droit de le modifier si besoin.
- **Toutes vos idées de randonnées et de sorties seront les bienvenues.**

POUR CHAQUE SORTIE UN COEFFICIENT DE DIFFICULTES EST INSCRIT

D1 : Parcours facile, sentier en balcon, avec roches ou escarpements sans difficulté d'une durée inférieure à 5h00

D2 : Parcours sur sentier caillouteux, avec dénivellations, ressauts rocheux ... Il faut y faire attention et d'une durée égale ou supérieure à 5h00.

D3 : Parcours sur terrain rocailleux ou très abîmé, avec câble, chaînes, etc. Une grande concentration est nécessaire ; sujet au vertige, s'abstenir, ou d'une durée supérieure à 6h00.

WEEK-END RAQUETTES EN VALGAUDEMAR

Du 02 mars 2018 soir au 04 mars 2018 matin

Hébergement : Gîte d'étape Les Paris Tél : 04 92 55 30 07
Saint Jacques en Valgaudemar

Nombre de places : 16 chambrées type dortoir.

2 jours en 1/2 pension : 39.80 € /jour/personne (taxe de séjour comprise).

Chaque lit est équipé de drap house, de couvertures, d'oreiller et taie d'oreiller (pour plus de confort, il convient d'apporter : 1 drap simple, sac à viande ou sac de couchage).

Prévoir : 2 REPAS FROID (panier repas du gîte 10 €)

Equipement : poncho, vêtements chauds, bonnet, gants, guêtres, chaussures randonnée ou à neige, lunette et crème solaire.

N'oubliez surtout pas les coupelles à neige de vos bâtons de marche.

Inscriptions : Dès la randonnée suivant la galette des Rois.

(Elles ne seront effectives qu'à la réception du chèque d'acompte de 39.80 € à l'inscription au nom de la Godasse Bagnado. Le solde de 39.80 mi-février).

Les personnes n'ayant pas de raquettes me le préciser à l'inscription.

Itinéraire : Autoroute Toulon Tallard, direction Gap puis route de Grenoble par le col Bayard ou par le col de Manse, suivre la N85, un peu avant Chauffayer prendre la D316 direction Les Bannettes et Les Blachus le gîte peu après le ruisseau des Chaberts à gauche.

Heure d'arrivée souhaitée 18h.

Responsable : Georges Sciandra 114 rue Darius Milhaud La Caille N°6
83000 TOULON Tél : **06 83 41 72 26.**

SORTIE CULTURELLE A VAISON LA ROMAINE

SAMEDI 05 mai 2018

Départ: 6 h 45 d'Ollioules devant l'office de tourisme

Arrivée : 10h environ

- Visite du site de PUYMIN (site romain)

Midi : Vers 12h 12h30 repas au restaurant l'UNIVERSAL

Menu :

- Entrée: Aumônière de chèvre et amandes laquée au miel
- Plat: Baron d'agneau en croûte d'herbe
- Dessert: Assiette gourmande
- Vin et café

Vers 14h 30 environ

visite du musée complémentaire au site

En commun visite de la cité médiévale

de notre Dame de Nazareth

Prix de la journée: 50 euros

Inscription à partir du mois de janvier 2018

Règlement par chèque à l'ordre de la GODASSE BAGNADO

Ne pas oublier de donner votre numéro de portable à

Renée BESSE 239, chemin de la carraire villa 68 - 83200 Toulon

Responsables : Odile Gondran tél : 04 94 09 26 21

Renée Besse tél : 04 90 98 81 82

Nombre de places : 50

SEJOUR DANS L'AVEYRON A NAJAC

PENTECOTE 19, 20, 21 MAI 2018

A l'entrée des gorges sauvages de l'Aveyron, le village médiéval de NAJAC se profile sur un promontoire dominant cette superbe vallée. Le bourg est classé parmi les plus beaux Villages de France et possède, le prestigieux label « Grands sites Midi-Pyrénées ».

Le village VVF Villages « Les hauts de Najac » se situe à 2km du bourg, dans un parc ombragé de 15 ha comprenant 68 pavillons. De la terrasse du bar, vue imprenable sur la forteresse de Najac.

Organisateurs :

Murielle et Pierre PAGEOT 104 rue d'Alexandrie – l'Alexandrine – 83200 TOULON
Tél : 06 33 28 09 74 – 06 08 11 01 01 – 04 94 89 59 65

Responsable des randonnées : Jean-Marie CRUVELLIER et Pierre PAGEOT.

DETAIL DU SEJOUR :

49 participants – Prévoir pique-nique pour le samedi midi (sac ou glacière à garder avec soi dans le bus) plus pratique lors de l'arrêt pique-nique.

Coût 135,00 € prix comprenant :

Visite du village de Najac et de son Château avec un guide

L'hébergement VVF Villages Les hauts de Najac à Najac dans l'Aveyron. Pension complète.

Formule "CONFORT" avec chambres double (2 personnes dans la même chambre avec salle d'eau et WC). Personne seule couchage séparé.

Le linge de toilette, draps et couvertures fournis, lits faits à l'arrivée. Ménage fait en fin de séjour.

L'accès au Club Forme, hammam, sauna, bains bouillonnants, salle de musculation, piscine couverte chauffée et piscine extérieure. Ne pas oublier le maillot de bain.

Mini-golf, terrain de pétanque, parcours ornithologique dans le parc.

L'animation de soirée au Village.

/...

L'apéritif de "Bienvenue"

La pension complète, du dîner du 1er jour au déjeuner du dernier jour. Vin inclus aux repas.

Ne sont pas compris le café. Possibilité de prendre les déjeuners sous forme de pique-nique.

Le « Bar à Pasta » : différentes variétés de pâtes vous sont proposées au déjeuner et dîner en complément du plat de résistance.

Paiement en 2 versements.

1er versement de **65 €** par chèque à l'inscription à partir du LUNDI 08 janvier 2018 et le 2ème versement de **70 €** en avril 2018.

DETAIL DES ACTIVITES

1er JOUR : SAMEDI 19/05/2018 :

6h45, départ en bus de la Place André Malraux, Ollioules.

Direction MILLAU 350 Km. A midi Pique-nique sorti du sac.

Visite de l'aire du VIADUC site incontournable de MILLAU. Muséographie interactive et dynamique.

Durée 1 heure.

Départ pour le village de CORDES SUR CIEL, trésor d'architecture Gothique. Village classé « Les Plus Villages de France ». Visite libre.

Départ pour le VVF « Les Hauts de Najac » à Najac - Aveyron

Arrivée installation dans les chambres.

2ème JOUR : DIMANCHE 20/05/2018 :

Départ à pied du centre de vacances pour la Randonnée. Pique-Nique sorti du sac.

Retour de randonnée, moment de détente, piscine, hammam, bains bouillonnants, mini-golf, pétanque etc. ...

3ème JOUR : LUNDI 21/05/2018 :

Départ du centre de vacances, petite randonnée aller-retour jusqu'au village de Najac, où l'on fera la visite du Château et du village. Retour au centre pour le déjeuner.

14H00. Départ pour Ollioules.

SEJOUR EN CORSE – BONIFACIO

LES 14, 15, 16, 17 & 18 JUIN 2018

Responsable du séjour et des randonnées **Richard Tognetti**. Tél : 06 87 00 54 04

40 Participants au départ de Toulon

Coût pour la traversée de Toulon /Ajaccio et retour par Ajaccio avec Corsica-Ferries, 4 personnes par voiture et par cabine soit **112,80 €** par personne. Repas libre. (Pour mémoire 126,00 € en 2016 AR Toulon /Bastia)

Prévoir 3 casse-croustes.

Hébergement : Hôtel des étrangers à Bonifacio. Tél : 04 95 73 01 09

Petit-déjeuner, possibilité de chambres de 4 personnes à 90,00 € / par nuit

Soit par personne pour les deux nuitées **45,00 €**.

Restauration : les Vendredi et Samedi soir, Restaurant l'Escale Tél : 04 95 73 19 79

Menu, plats au choix : 18,00 €, soit 36,00 € pour les deux repas, vin compris.

Total pour hébergement et repas : **81,00 €** (pour mémoire, en gîte en 2016 : 95,20 €)

Coût total : 193,80 € (Pour mémoire 221,20 € en 2016)

Ceci est une estimation probable, reste à finaliser l'hôtel.

Paiement en 2 versements de 70,00 €.

1^{er} versement en décembre, 2^{ème} versement en Janvier, lors de la galette des Rois et le solde en mars 2018, d'un montant fixé après connaissance du coût de l'hôtel.

Départ pour Ajaccio, le jeudi soir 14 juin 2018 à 21 h 00.

Se présenter 1 heure avant le départ à la gare maritime du Port Marchand.

Rendez-vous pour tous dans le giratoire à l'entrée du port.

/...

1^{er} jour : vendredi 15 juin 2018. Pique-nique en route vers 12h30.

Arrivée à Ajaccio. Départ pour Bonifacio. Pique-nique en route vers 12h30.

N196 Propriano. Sartène. Site de Roccapina. Bonifacio.

En cours de route arrêt suivant l'intérêt touristique (Sartène, Roccapina).

Installation à l'hôtel « Des Etrangers ». Visite de Bonifacio.

Diner au restaurant « l'Escale ».

2^{ème} jour : samedi 16 juin 2018. Sentier du littoral vers l'Ouest.

Carte I.G.N. Top 25 Bonifacio 4255 OT

8 h 00. Amener 2 voitures pour les chauffeurs, au parking de la Tonnara par N196 et D358 (sur la gauche), revenir à Bonifacio pour le départ pédestre.

Sentier du littoral Cala di Paraguana. Puis Capo di Feno, Baie de Stagnolu, Parking de Tonnara.

Durée estimée : 5 h 30

3^{ème} jour : dimanche 17 juin 2018. Sentier du littoral vers l'Est

Carte I.G.N. Top 25 Bonifacio 4255 OT

8 h 00. Sentier du littoral direction Capo Pertusato et son phare, plages de Saint-Antoine, du Grand Spérone et du petit Spérone.

Point de vue sur la Sardaigne et les îles Lavezzi.

Retour à Ajaccio par la N196.

Départ pour Toulon : 20 h 00 .

Toujours se présenter à l'embarcadère 1 h 00 avant le départ du bateau.

4^{ème} jour : lundi 18 juin 2018. Arrivée Toulon à 7 h 00.

PROJET d'un SEJOUR en HAUTE MONTAGNE

Du 27/06 au 04/07/2018

LA HAUTE ROUTE DES ROIS REGION DE CUNEO

(Sentier des Alpi Marittime)

Départ par la route : ENTRAQUE - VALDIERI - STE ANNE DE VALDIERI -

28/06/2018 Etape 1 - Ste Anna de Valdieri (960 m) Refuge DL Bianco (1910 m)
Dénivelé montée 950 m - Durée 3 h

29/06/2018 Etape 2 - Rif DL BIANCO (1910 m) Rif VALASCO Maison Royale de chasse (1750 m) par le colle di VALMANIA (2922 m)

Dénivelé montée 1050 m - descente 1150 m - Durée 6 h 30

30/06/2018 Etape 3 - Rif VALSCO (1750 m) Colletto de Valesco 2429 m) Bivouac Guiglia (2421 m) Rif Régina Hélène (1834 m) - Rif Rimondino (2430 m)
Dénivelé montée 1400 m - descente 700 m - Durée 7 h

1/07/2018 Etape 4 - Rif Rimondino (2430 m) - Refuge Génova (2015 m), par le col Brocan (2892 m)

Dénivelé montée 450 m - descente 800 m - Durée 4 h

2/07/2018 Etape 5 - Refuge Génova (2015 m) - Rif Eléna Soria (1840 m)
Dénivelé montée 450 m - descente 700 m - Durée 4 h

3/07/2018 Etape 6 - Rif Eléna Soria (1840 m) - Rif Frédéric Marchesini (2650 m)

Dénivelé montée 1200 m - descente 400 m - Durée 6 h

4/07/2018 Etape 7 - Rif Frédéric Marchesini (2650 m) - San Giacomo di Entraque (1450 m)
Dénivelé descente 1450 m - Durée 4 h 30