

# INFO RANDO Janvier 2022

Programme previsionnel , a verifier sur site avant de randonner

**CLUB LÉO LAGRANGE** Espace J.de Greling – 107 rue Bondil 83140 Six Fours les Plages  
Permanence : les vendredis de 14h à 16h 07 81 54 25 76 07 81 54 25 76 <http://leolagrangesixfours.org>

Dates	Départ	frais	Animateur	randonnées: lieu de départ et objectif	pénibilité	technicité	dénivelé	distance	durée
							cumulé (m)	km	

Le rendez vous des randonnées se trouve sur le parking de la piscine avenue de la Mer à coté de la boulangerie ribeirou

## ▶▶ 1/2 JOURNEE ◀◀

Mer 5	8h30		MC.Perrin	Notre dame Pépiole-colline de tante victoire	P 1	T1	100	5	2h30
Lun 10	8h30		MC.Perrin	Les arrosants-chateau féodale-hugueneuve	P 1	T 2	250	10	3h30
Mer 12	8h30			<b>assemblée générale</b>					
Lun 17	8h30	9 €	JP.Prévo	Ste Anne du Castellet-les Fours à cade-à chaux					
Mer 19	8h30		MC.Perrin						
Lun 24	8h30	12 €	JP.Prévo	Les Salins-chemin des amanites. <b>Pique-Nique</b>	P 1	T 1	50	7	3H00
Mer 26	8h30		MC.Perrin						
Lun 31	8h30	12 €	F.Pagano	col de l'Ange-peygras- avec Pique Nique	P 1	T 2	7	300	3H00

## ▶▶ JOURNEE ◀◀

Mer 5	8h00	9 €	JP.Roller	La Madrague-Port d'Alon-Dune	P 2	T 2	500	15	5h30
Jeu 6	8h00	6 €	M.Delemontez	Vallon des bonnes herbes-Baou de quatre Auros Par la brèche de Madena et le Pas de la Cavale	P 3	T 3	600	7	5h00
Mer 12	8h00			<b>assemblée générale</b>					
Jeu 13	8h00	21 €	C.Gourcy	Aubagne-La Gastaude-grotte de Manon-Vallon de Marcellin-ruines d'Aubignane-barres du ST Esprit	P 2	T 2	450	12	4h30
Mer 19	8h00	12 €	J.Escalier	Ceyreste-Grand Caunet	P 2	T 2	450	14	5h00
Jeu 20	8h00								
Mer 26	8h00	15 €	JP.Brault	La Roquebrussanne-La Loube	P 2	T 2	600	15	6h30
Jeu 27	8h00	21 €	F.Pagano	Flassans-petit candumy	P 2	T 2	15	250	4h30

### ANIMATEURS RANDONNEE

▶ J.Pierre Brault : 06 98 87 70 33 ▶ M.Darre : 06 07 44 11 28 ▶ M.Delemontez : 06 76 37 77 13  
▶ J. Escalier : 06 34 24 46 55 ▶ F.Pagano : 06 12 91 05 87 ▶ M.C. Perrin : 06 23 77 82 72 ▶ M.Picault : 07 81 21 83 56  
▶ J.Pierre Prevot : 06 83 76 82 36 ▶ J.Pierre Roller: 06 77 23 45 07 ▶ Claude Tribouillard : 06 08 37 02 61

### MARCHE NORDIQUE

Animateurs : Martine et Denis Litt : 07 81 15 85 22

CRAPA forêt de Janas le lundi matin de 9h à 11h (Martine ,Denis) - Jeudi à la Coudoulière de 9 h à 11h ( Martine,Denis)

### MARCHE AQUATIQUE COTIERE

Animateurs : ▶ Aline De Palma : 06 32 96 22 88

Plage du Cros les mardis et vendredis de 10h à 11h

### ENTRAINEMENT EFFORT PHYSIQUE

Animatrice : Line Vidal ( 06 84 80 90 81 ) - Lieu de rendez-vous : le Gaou à 10h

