

Randonnée et Ski de Découverte R.S.D. SAISON 2016-2017

1617ProgRandosV2										Mise à jour du 12 octobre 2016									
Date	GR1	GR2	Lieu /Titre randonnée				Lieu de départ				Distance	Dénivellé cumulé	Temps de marche	Difficulté	Accompagnateurs				

Chaussures de randonnées et bâtons fortement recommandés - Lire les consignes dans les descriptifs de randonnée

(**) = Sortie en essai acceptée

Sortie du vendredi - Départ des randonnées 8h00 du parking de la piscine - "*****" Indique un départ à 8h30

Sortie du dimanche - Départ des randonnées 8h00 du parking de la piscine sauf autre horaire indiqué sur fiche descriptive

Période de Vacances scolaires .

1er Trimestre

11-sept.-16			Circuit de Costebelle	La Brillanne(04)	15 km	500m	5h30	P1 (**)	JM BELLONI / A.PELLETIER
17-sept.-16			Journée des Associations	La Halle - Martigues					
23-sept.-16	x	x	Vallon De Valtrède	St Julien les Martigues	15km	100m	4h30	P1 (**)	J.M NERIN/J.ARLAUD
25-sept.-16	x	x	Dents de Roqueforcade (2 groupes)	Plan d'Aups (83)				P1 (**) P2	R.LEMEL / JM BELLONI A.PELLETIER / MF BRIDE
30-sept.-16		x	Mas blanc des Alpilles	Village Mas Blanc	15km	300m	4h30	P1 (**)	P.FOURNIER /B.SOLER

Octobre

2-oct.-16			Vallée du Gardon	Collias (30)				P1 (**)	A.GARCIA/R.BOUZENDORFFER
7-oct.-16	x	x	Miramas Boucle Nord /Mas de Combe	Parking Théâtre de Miramas	13,5km	160m	4h00	P1 (**)	J.ARLAUD / B.CHIRAT
9-oct.-16			Tour du Colombier	Oraison (04)				P1 (**)	JM BELLONI / MF BRIDE
14-oct.-16			ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE DE R.S.D.	Martigues- Salle Raoul Duffy (Maison du Tourisme)					
16-oct.-16			Tête du Douard - Gorges Pte Ste Baume	Roquefort la Bédoule (13)	16,5km	750m	6h30	P1 (**)	J.COILLARD / A.PELLETIER
21-oct.-16	x		Le Rove	Gignac	15km	400m	5h00	P1 (**)	B.CHIRAT / J.F.GUILLIN
22-oct.-16	x	x	Rando Restau	Carro					
23-oct.-16		x	La Baie d'Alon	Saint Cyr les Lèques (83)				P1 (**)	A.GARCIA / M.GARCIA
28-oct.-16			La Palière	Pourrières	16km	360m	5h00	P1 (**)	B.CHIRAT / J.F.GUILLIN

Novembre

4-nov.-16	x	x	Velaux Oppidum	Stade de Velaux	12km	150m	4h30	P1(**)	J.F.GUILLIN /J.BOUQUET
6-nov.-16			Abbaye de St Michel de Frigolet	Boulbon (13)				P1 (**)	J.FABRE / R.BOUZENDORFFER
11-nov.-16									
18-nov.-16		x	Ravin des Encanaux, des Infernets ***	Auriol	14km	610m	5h00	P2	B.SOLER/P.FOURNIER
20-nov.-16			Luberon - Le Pié Gros Mourre Nègre	Vitrolles (84)				P1 (**)	JM BELLONI/A.PELLETIER
25-nov.-16	x	x	Grottes de Calès	Eglise de Lamanon	13km	370m	4h00	P1 (**)	B.BLANC/J.ARLAUD

Décembre

2-déc.-16		x	Les Rochers de Baude	Robion	12km	500m	4h30	P2	M.TRILHA/J.BOUQUET
4-déc.-16			Plateau de St Restitut - Cave de Croix Chabrières Autocar si > 35 inscrits	Saint Restitut (26)				P1 (**)	J.COILLARD/R.BOUZENDORFFER
9-déc.-16	x	x	St Jean du Puy	Kirbon	12km	300m	4h30	P1 (**)	A.LIOTARD/JF.GUILLIN
11-déc.-16			Marseille à Pied	Marseille					J.FABRE
16-déc.-16		x	Falaise de Devenson***	Col de la Gardiole	13km	720m	5h00	P2	B.SOLER / P.FOURNIER
17-déc.-16			Martigues Illuminée	Office de Tourisme - Martigues					
18-déc.-16			Le Talagard - Forteresse de Ste Croix	Salon de Provence				P1 (**)	A.PELLETIER/R.BOUZENDORFFER

Randonnée et Ski de Découverte R.S.D. SAISON 2016-2017

1617ProgRandosV2 Mise à jour du 12 octobre 2016									
Date	GR1	GR2	Lieu /Titre randonnée	Lieu de départ	Distance	Dénivellé cumulé	Temps de marche	Difficulté	Accompagnateurs

2ème Trimestre

Janvier									
6-janv.-17	x	x	Fontvielle - Le Moulin de Daudet à la rencontre de maître	Château de Barbegal	9,5km	100m	4h00	P1	J.ARLAUD/B.CHIRAT
8-janv.-17			Galette des Rois - Rando, mini rando, marche nordique	Martigues - Figuerolles				P1 (**)	Pelletier, Lemel, Fabre, Coillard
13-janv.-17		x	Balcon de Ceyreste***	Ceyreste	12,5km	450m	5h00	P1	J.M.BIDERMANN / J.M.NERIN
20-janv.-17	x	x	Pain de Munition	Pourrière	14km	360m	4h30		B.CHIRAT / J.ARLAUD
22-janv.-17			Le Mont Paon	Fontvieille (13)				P1 (**)	J.FABRE /R.BOUZENDORFFER
27-janv.-17		x	Vallon de la Baume et Castelle	La Roques d'Anthéron	13km	416m	4h00		P. FOURNIER / B.SOLER
Février									
3-févr.-17	x	x	Ventabren, aqueduc de Roquefavour	Roquefavour	16km	350m	4h30	P1	J.F.GUILLIN/M.TRILHA
5-févr.-17			Le Terme de Judas	Peyrolles (13)				P1 (**)	A.PELLETIER / R.LEMEL
10-févr.-17		x	Le mont Aurelien	Pourcieux	18km	800m	5h30	P2	M.TRILHA / J.BOUQUET
19-févr.-17			L'étang de Fangassier	Salins de Giraud (13)				P1 (**)	A.GARCIA / M.GARCIA
Mars									
3-mars-17	x	x	Crêtes de Cassis (Aller et Retour)***	Cassis	8km	370m	3h30	P2	M.M. et B.BLANC
5-mars-17			La Chartreuse de Valbonne	Bagnols sur Cèze (30)				P1 (**)	J.COILLARD / J.FABRE
10-mars-17		x	Prieuré de St Symphorien***	Buoux	15km	730m	5h00	P2	J.F.GUILLIN/J.ARLAUD
19-mars-17			Le Siou Blanc	Signes (83)				P1 (**)	J.COILLARD/JM.BELLONI
17-mars-17	x	x	Orgon Chapelle de Beauregard	Orgon	14km	330m	4h00	P1	P. FOURNIER/ M.TRILHA
24-mars-17		x	Le gros Cerveau***	Bandol	12,6km	432m	5h00	P1	B.SOLER / M.TRILHA/J.BOUQUET
31-mars-17			Participation à la Semaine 13 de la Randonnée du 27 Mars au 02 Avril						

Randonnée et Ski de Découverte R.S.D. SAISON 2016-2017

1617ProgRandosV2										Mise à jour du 12 octobre 2016									
Date	GR1	GR2	Lieu /Titre randonnée				Lieu de départ				Distance	Dénivellé cumulé	Temps de marche	Difficulté	Accompagnateurs				

3ème Trimestre

Avril									
2-avr.-17			Fête départementale de la Randonnée						JM.BELLONI
7-avr.-17		x	Crêtes des Alpilles	Aérodrome de Romanin	13,5km	500	5h00	P2	J.M.BIDERMANN / J.M.NERIN
9-avr.-17			Canal de Manosque - Champs de tulipes	Peyruis (04)				P1 (**)	J.COILLARD / J.FABRE
23-avr.-17			ELECTIONS - Fontblanche - L'Infernet	Vitrolles (13)				P1 (**)	A.PELLETIER - R.LEMEL
28-avr.-17	x	x	Chemin du Littoral Carry	Plage du Rouet	12km	250m	4h30	P1	J.F.GUILLIN / P.FOURNIER
Mai									
5-mai-17		x	Combe de Vaumale	Lioux	13km	580m	4h30	P2	MB.BLANC/ JM.BIDERMANN
12-mai-17	x	x	Ile du Frioul	Vieux Port Marseille	10km	150m	4h00	P1	A.LIOTARD / C.DUPATY
14-mai-17			Arche du Portals - Roque des Bancs	Les Borrys (84)	18km 15km	950m 800m	6h30 6h00	P2 P1	J.COILLARD- A.PELLETIER ? - ?
19-mai-17	x	x	Font de l'Orme	Mérindol	10km	350m	4h30	P1	M.M. et B. BLANC
26-mai-17		x	Gorge du Regalon	Entrée gorge	13km	580m	4h30	P2	J.BOUQUET/M.TRILHA
Juin									
25-juin-16			Gorges du Toulourenc	Veaux (84)					JM.BELLONI

Niveau Facile P1 Sentiers ou chemins 150 à 300m de dénivelé 4h30 à 5h00 de marche peu pénible
 Niveau Moyen P2 Sentiers ou chemins 300 à 550m de dénivelé 5h00 à 6h00 de marche assez pénible
 Niveau Difficile P3 Sentiers ou chemins avec petites difficultés techniques, dénivelée jusqu'à 800m, 6h00 de marche à un rythme soutenu

GR1 = randonnée facile

GR2 = randonnée moyenne ou difficile

Séjours rando : Raquettes du 26 décembre au 2 janvier à Lamoura (Jura) - J.COILLARD
 Raquettes du 18 au 25 Mars à St Nicolas la Chapelle (Savoie) - A.PELLETIER & R.LEMEL
 30 Avril au 05 Mai à Roses (Espagne) - J.COILLARD & FFRP Occitanie
 20 au 27 Mai à Pont les Bains (Aveyron) - A.PELLETIER & R.LEMEL
 20 Mai au 27 Mai dans le GERS (France)
 3 au 5 Juin à Notre Dame du Laus (Isère) - J.FABRE
 16 au 23 Juillet à Val Cenis (Savoie) - A.PELLETIER & R.LEMEL