

RANDOS SEPTEMBRE/OCTOBRE 2020

Septembre

Mardi 8 : René, départ domaine des Courmettes (12€/v, env. 45mn), pic de Courmettes Est-Ouest, **400m, 2h30, 7Kms – M**

Samedi 12 : Julia, **DEPART 7H30**, Madone de Fenestre (56€/v, env. 1h45), Col de Fenestre et Pas de Ladre, **800m, 5h30, 15Kms – S**

Mardi 15 : Julia, départ St Jeannet (14€/v, env. 30mn), variante du circuit du Castellet, **500m, 4h, 12Kms – M**

Samedi 19 : Julia, **DEPART 7H30**, Madone de Fenestre (56€/v, env. 1h45) Les Lacs de Prals, 540m, 4h, 8Kms – M

Mardi 22 : René, départ Tourettes (10€/v, env. 40mn), Puy De Naouri, 700m, 3h30, 12Kms – S

Samedi 26 : Jacques, départ Trigance (40€/v, env. 1h15), Tour de Breis et belvédère de Rancoumas, 860m, 6h, 16Kms – S

Mardi 29 : Jacques, départ Escragnolles (20€/v, env. 1h), Plateau de Briasq, **480m, 3h30, 12Kms – F**

Octobre

Sa 3 : Jacques, départ La Bastide (36€/v, env. 1h30), le Mont Lachens, **700m, 5h, 14Kms – M+**

Mardi 6 : Jacques, départ St Pons (18€/v, env. 1h), vers Coursegoules, **400m, 4h, 12Kms – M+ - RETOUR VERS 13H30/14H – PREVOIR ENCAS**

Samedi 10 : Julia, **DEPART 7H30**, départ Roure (55€/v, env. 1h45), Mont Aucellier, **800m, 5h30, 15Kms – S**

Mardi 13 : Peter, départ col de Vence (15€/v, env. 40mn), le Plan des Noves , **250m, 3h, 7Kms – F**

Samedi 17: Jacques, départ Aiglun (36€/v, env. 1h15), les boucles du Mont St Martin et la cascade de Vegay, **1000m, 6h45, 19Kms – S**

Mardi 20 : Peter, départ La Napoule (18€/v, env. 40mn) , La Rague/Maure Vieil, **300m, 3h30, 10Kms – F**

Samedi 24 : René, départ Revest les Roches (28€/v , env. 1h), le Mont Vial, 720m, **6h, 13 Kms – M**

Mardi 27 : Jacques, départ col de Vence (18€/v, env. 45mn) , vers Coursegoules et St Barnabé, **250 m, 3h45, 12Kms – M- RETOUR VERS 13H30/14H – PREVOIR ENCAS**

Samedi 31 : Julia, **DEPART 7H30**, St Colomban/Lantosque (40€/v , env. 1h15), forêt de la Mairis, 1000m, **5h30, 16Kms – S**

Novembre

Mardi 3 : Peter, départ Tourettes (10€/v , env. 30mn), Pié Martin, **450m, 2h40, 8Kms – M**

Samedi 7 : Jacques, départ Berre Les Alpes (34€/v avec péage, env. 1h15), forêt du Paillon, **750m, 5h, 13Kms - M**