



RANDOS SEPTEMBRE/OCTOBRE 2024

LES DEPARTS SONT FIXES A 8H LE MARDI ET 8H30 LE WEEK-END AU PARKING HABITUEL DE LA MAIRIE

Septembre

Di 8 : René, départ Valderoure (28€/v, env. 1h), Cime de Bauroux - Boucle - Retour par le GR 510, 700m, 4h30, 12,5km – M+

Ma 10 : Peter, départ Mougins Fontmerle (9€/v, env. 25mn), La Valmasque Notre-Dame de Vie, 220m, 2h45, 10km F

Sa 14 : Julia, départ Pont de Nans (15€/v, env. 35mn), la Montagne de Thiey via Canaux, 750m, 5h, 15km – M

Ma 17 : Jacques, départ Parking du Riou (route Col de Vence) (12€/v, env. 35mn), vers le baou des blancs et le baou des noirs, 400m, 3h15, 8,5km – M

Di 22 : Jacques, départ la pointe de l'observatoire, Esterel (28€/v, env. 1h), le pic du Cap Roux et la grotte de la Ste Baume, 650m, 5h15, 18km – M+

Ma 24 : René, départ Le Tignet (15€/v, env. 45mn), Val de Siagne, 230m, 2h30, 7km – F

Di 29 : Julia, départ St. Agnès (48€/v, env. 1hmn), circuit du Mont Ours avec la Pointe Siricocca (+100) en option, 720m, 5h, 13km – M+

Octobre

Ma 1 : RANDO/RESTO Jacques, départ Cipières (16€/v, env. 40mn), le plateau de Calern, 400m, 3h30, 10km – M
Avec peut-être le BRAME DES CERFS. DEJEUNER au Restaurant la Cuisine de Margareta

Di 6 : Julia, départ Valbonne, (5€/v, env. 20 mins.), Participation au CRITERIUM organisé par le club de Valbonne (VSA Montagne), PLUSIEURS NIVEAUX 10km, 16km et 36km, DÉTAILS À SUIVRE

Ma 8 : René, départ Domaine des Courmettes (12€/v, env. 45mn), Pic de Courmettes par Le Vieux Chêne, 400m, 2h30, 6km – M+

Sa 12 : Jacques, départ St Cézaire (20€/v, env. 50mn), vers l'arche de Ponadiou via les gorges de la Siagne, 500m, 4h30, 16km – M

Ma 15 : Julia, départ Cimetière de la Sine (9€/v, env. 35mn), dans les Bois de la Sine, 200m, 3h, 10km – F

Sa 19 : René, départ Utelle (38€/v, env. 1h15), Brec d'Utelle, 810m, 5h, 12kms – M

Ma 22 : René, départ Gréolières (20€/v, env. 40mn), Circuit de Loup, 470m, 3h30, 12 Kms - M

Di 27 : Peter, départ Lac St Cassien (21€/v, env. 55mn), Fondurane et le bord du Lac, 330m, 4h, 13km - F

Ma 29 : René, départ Carros village (18€/v, env. 45mn), Sommet du Broc par le canal de la Gravière, 500m, 3h30, 7,5km – S

Novembre

Sa 2 : René, départ Revest les Roches (30€/v, 1h), Tour du Mont Vial, 720m, 5h, 13km – M+

Ma 5 : Peter, départ Tournettes (11€/v, env. 30 min), Pié Martin, 450m, 2h40, 10km – M