# PROGRAMME DES MARCHES ET RANDONNEES

# MOIS DE MARS AVRIL 2021

***Compte tenu du caractère évolutif de la situation, les consignes sanitaires applicables et les modalités de déroulement des marches et randonnées vous seront communiquées lors de l’envoi de ce programme.***

**Attention :** Tant pour les marches du lundi que pour les randonnées du jeudi, les conditions météorologiques peuvent nous amener à changer un itinéraire ou à annuler la marche au dernier moment. La décision est prise au départ sur le parking, ou par mail la veille.

Mais en cas de ***bulletin d'alerte de Météo France de couleur Orange ou Rouge*** la randonnée sera annulée d'office. Il en sera de même en cas **d'alerte** ***rouge ou rouge E incendie*** dans les massifs.



Définition des niveaux de difficulté

***Ce tableau est destiné à vous permettre de mieux vous situer au regard du niveau annoncé de la marche ou de la randonnée du jour. Pour votre propre confort et sécurité, et pour respecter le plaisir des autres, assurez vous que vous êtes capable de faire cette sortie, en ne perdant pas de vue qu'une marche ou randonnée de niveau moyen\*\*\* ou sportive, se fera toujours à un rythme plus soutenu qu'une marche ou randonnée facile, ou de niveau moyen\* ou moyen\*\****

**Rappel : règles de sécurité et recommandations**

Equipement obligatoire

Etre équipé de **chaussures de marche à semelles crantées** avec si possible tige montante.

Prévoir un vêtement de pluie et pour le froid, lunettes de soleil, couverture de survie, couvre-chef, et éventuellement bâtons.

Prévoir suffisamment d’eau (en moyenne 1,5 l) et des aliments, une lampe, un couteau, un **sifflet obligatoire**, une carte IGN et votre carte d’adhérent au Cercle.

Règles à respecter

Ne jamais dépasser l’animateur.

Ne pas se placer derrière le serre-file.

Ne pas quitter le groupe, ni utiliser un itinéraire autre que celui emprunté par l’animateur.

Etre discret, respecter la faune et la flore.

Ne pas fumer et ne pas faire de feu.

***Respecter les nouvelles règles mises en place dans le cadre de la protection contre le coronavirus.***

Lire ou relire la *fiche technique sur la randonnée* qui vous a été remise.

Pensez à noter les numéros de portable de vos animateurs.

**Attention:** Nous ne donnons plus comme avant les heures au départ du *parking du Manoir de Boulouris****.*** En raison de la conjoncture actuelle **le rendez vous au point de départ de la randonnée est privilégié (voir programme)** et nous donnons donc l’heure de **départ effectif** de la marche ou randonnée du parking sur place, ainsi qu’à titre indicatif le temps de trajet pour s’y rendre. Chaque participant doit s’inscrire préalablement par sms auprès de l’animateur.

**MARCHES DEMI-JOURNEE DU LUNDI**

**Attention :** les marches GL3 sont des ***marches faciles*** avec quelques reliefset pics, quelques sentiers caillouteux et mal carrossés, entre 2 et 3 h de marche à un rythme plus lent, et plus d’arrêts pour souffler, que pour les autres groupes.

 Les marches GL2 sont des marches de ***niveau moyen***, avec des distances de 7 à 9 km maxima, des dénivelées oscillant autour de 250 m maximum, à un rythme plus rapide.

 Les marches GL1 sont des marches ***pouvant être sportives***, plus longues, au rythme toujours soutenu, avec des dénivelées conséquentes, et sur des pistes plus difficiles.

**Attention**: Compte tenu des distances inégales parcourues en voiture pour se rendre sur les lieux de départ des marches du lundi, et des frais engagés par les chauffeurs, il est décidé un ***coût forfaitaire de co-voiturage de 2€/personne*** pour les marches de 13H30 et de 13H45 ***et de 1€ par personne***  pour les marches de 14 H.

Pensez à la monnaie.

**Animateurs marches GL1**

* **Joël Lefeuvre** (**responsable de l'activité marches et** **randonnées**)
* Jean Borel
* Jean Masson
* Anne-Marie Guiraud
* Alain Wattebled
* Jack Cavelier
* Patrick Coligneaux
* Thierry Pflimlin

**Animateurs marches GL2**

* Joël Lefeuvre
* Jean Masson
* Anne-Marie Guiraud
* Patrick Coligneaux
* Thierry Pflimlin
* Jean Borel
* Jack Cavelier

**Animateurs marches GL3**

* Marie-Christine Martin D’Aigueperse

**PROGRAMME DES MARCHES DU LUNDI**

***Le programme des marches GL3 vous sera communiqué par Marie-Christine*, auprès de laquelle vous devez vous inscrire par sms.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1-mars** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **THIERRY** | **053 Les Petits Maures ROQUEYROL** | **MOYEN xxx** | **9,3 km** | **Dh :426 m** |
|   | Départ de la randonnée : 14:00 - Durée du trajet : 0:30Roquebrune sur Argens-Cimetière de la Gaillarde | Belle montée  |
|   | Coordonnées GPS 43,368766 6,701692 OU :  43°22'8" 6°42'6" | RN98 vers Saint-Tropez. Juste après le panneau « La Gaillarde », tourner à droite et suivre la route jusqu’au bout, passer un kiosque d’information, puis virage à droite vers la station d’épuration et virage à gauche pour rejoindre le parking du cimetière où l’on stationnera. |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JACK | 231 Cabre Capellan | MOYEN xx | 8,3 km | Dh :165 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:00 - Durée du trajet : 0:15 Saint-Raphaël-Veyssières |  3 gués sur la Cabre |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,459881 6,818926 OU :  43°27'36" 6°49'8" | Au carrefour Peire Sarade, emprunter le boulevard de l’Aspé en direction d’Agay. Au giratoire des Veyssières, suivre l’avenue Kennedy et stationner sur la droite peu avant la barrière. |
|   | **GL3Départ: 14 h** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **8-mars** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **JACK** | **235 Font du Pommier Baisse Andoulette** | **MOYEN xxx** | **10,2 km** | **Dh :322 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:45 - Durée du trajet : 0:15 Saint-Raphaël-Gué de la Font du Pommier | 3 gués |
|   | Coordonnées GPS 43,457716 6,839848 OU :  43°27'28" 6°50'23" | Rejoindre le carrefour de Peyre Sarade, puis direction Agay. Après le giratoire des Veyssières (menhir), prendre la première route à gauche et passer devant « Estérel Caravaning ». Franchir le gué de la Font du Pommier et stationner sur le parking à droite de la route. |
|  | GL2 Départ: APRES-MIDI | ANNE-MARIE | 007 Vallon d Aiguebonne - Necropole militaire | FACILE | 6,6 km | Dh :160 m |
|   | Départ de la randonnée : 13:50 - Durée du trajet : 0:05 Saint-Raphaël-Necropole militaire |   |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,421419 6,823645 OU :  43°25'17" 6°49'25" | RN98 en direction de Cannes jusqu’à la plage de Boulouris. Là, virer à gauche et passer sous la voie ferrée pour rejoindre la Nécropole militaire. Tourner à droite et stationner sur le côté droit de la route peu après l'entrée de la Nécropole. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   |  |  |  |  |  |  |
| **15-mars** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **ALAIN** | **140 Sommets des Petites et Grosses Grues** | **MOYEN xxx** | **6,6 km** | **Dh :310 m** |
|   | Départ de la randonnée : 14:06 - Durée du trajet : 0:36Saint-Raphaël-Col Notre-Dame | Sentiers raides, escarpés, caillouteux, passages délicats sur rochers en cas d'humidité - |
|   | Coordonnées GPS 43,480499 6,911538 OU :  43°28'50" 6°54'42" | Emprunter la RN98 en direction de Cannes. Au giratoire d’Agay, tourner à gauche. Prendre ensuite la route à droite en direction du Massif de l’Estérel. Après la Maison forestière du Gratadis, prendre la route à droite en direction du Pic de l’Ours et passer la radier. Au carrefour suivant, tourner à gauche en direction du Pic de l’Ours. Passer le parking de la Sainte Baume, le col de l’Evêque, le col des Lentisques et stationner au col Notre-Dame (fin de la route accessible aux voitures). |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | PATRICK | 015 Ancien four a chaux & Vallon Pommier | MOYEN x | 8,5 km | Dh :160 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:00 - Durée du trajet : 0:15 Saint-Raphaël-Veyssières |   |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,459881 6,818926 OU :  43°27'36" 6°49'8" | Au carrefour Peire Sarade, emprunter le boulevard de l’Aspé en direction d’Agay. Au giratoire des Veyssières, suivre l’avenue Kennedy et stationner sur la droite peu avant la barrière. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   |  |  |  |  |  |  |
| **22-mars** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **JOEL** | **066 Grotte Chapelle de la Sainte Baume** | **MOYEN xxx** | **6,2 km** | **Dh :290 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:45 - Durée du trajet : 0:15Saint-Raphaël-Grotte chapelle de la Sainte-Baume | Montée raide, quelques passages délicats en corniche   |
|   | Coordonnées GPS 43,457498 6,897955 OU :  43°27'27" 6°53'53" | Emprunter la RN98 en direction de Cannes. Au giratoire d’Agay, tourner à gauche. Prendre ensuite la route à droite en direction du Massif de l’Estérel. Après la Maison forestière du Gratadis, prendre la route à droite en direction du Pic de l’Ours et passer le radier. Au carrefour suivant, tourner à gauche en direction du Pic de l’Ours. Continuer jusqu'au parking de la Sainte Baume, sur la droite, où l'on stationnera. |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JEAN MASSON | 016-1 Autour du Sommet du Capelan GL2 | MOYEN x | 7,5 km | Dh :180 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:00 - Durée du trajet : 0:15 Saint-Raphaël-Veyssières |   |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,459881 6,818926 OU :  43°27'36" 6°49'8" | Au carrefour Peire Sarade, emprunter le boulevard de l’Aspé en direction d’Agay. Au giratoire des Veyssières, suivre l’avenue Kennedy et stationner sur la droite peu avant la barrière. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **29-mars** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **ALAIN** | **238 Cap Roux entre crêtes et balcons** | **MOYEN xxx** | **8,2 km** | **Dh :446 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:50 - Durée du trajet : 0:20Saint-Raphaël-Pointe de l'Observatoire | Circuit panoramique avec quelques passages rocailleux |
|   | Coordonnées GPS 43,472112 6,923548 OU :  43°28'20" 6°55'25" | Emprunter la RN 98 en direction de Cannes. Après Anthéor, stationner sur la gauche juste avant la route partant à gauche et fermée par une barrière. |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JEAN BO | 071 La Forteresse et son Oppidum | MOYEN x | 3,9 km | Dh :171 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:21 - Durée du trajet : 0:36 Bagnols en Forêt-Cimetiere Bagnols en Foret |  1 descente raide |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,530076 6,691045 OU :  43°31'48" 6°41'28" | Du carrefour Peire Sarade, prendre la D100 en direction de l’A8. Au giratoire du Capitou, prendre la D4 en direction de Bagnols en Forêt. A l’entrée du village, obliquer à gauche et descendre la D47 en direction de Draguignan, jusqu’à la chapelle Notre-Dame. A ce carrefour, tourner à gauche et suivre la route sur 700 mètres pour aller stationner à gauche dans le parking du nouveau cimetière.  |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5-avr.** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **PATRICK** | **027 Cols des Lentisques et Notre Dame** | **MOYEN xxx** | **8,1 km** | **Dh :490 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:53 - Durée du trajet : 0:23Saint-Raphaël-Calanque de Maupas | 1 montée de 55 mn  |
|   | Coordonnées GPS 43,47487 6,924325 OU :  43°28'30" 6°55'28" | Emprunter la RN 98 en direction de Cannes.Au Trayas, stationner à droite sur le parking de la Calanque de Maupas (peu avant la route d’accès à la gare du Trayas). |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JOEL | 116 Pont des Cantines | MOYEN x | 10,8 km | Dh :245 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:03 - Durée du trajet : 0:18 Saint-Raphaël-Belle Barbe |  En cas de crue, un gué difficile à passer |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,456499 6,868708 OU :  43°27'23" 6°52'7" | RN 98 en direction de Cannes. A Agay, prendre à gauche au giratoire puis à droite vers le Massif de l’Estérel. Après le Maison forestière du Gratadis, dans la descente, obliquer à gauche vers le col de Belle-Barbe. Stationner à gauche au premier parking du col de Belle-Barbe. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **12-avr.** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **JACK** | **239 Roussivau direct Cantines** | **MOYEN xxx** | **7,6 km** | **Dh :265 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:50 - Durée du trajet : 0:20Saint-Raphaël-MF du Roussivau | Passage court mais sportif en montée, pierriers successifs avant le pont des Cantines |
|   | Coordonnées GPS 43,469491 6,840405 OU :  43°28'10" 6°50'25" | Rejoindre le carrefour de Peyre Sarade, puis direction Agay. Après le giratoire des Veyssières (menhir), prendre la première route à gauche et passer devant « Estérel Caravaning ». Franchir le gué de la Font du Pommier et continuer jusqu’à la Maison Forestière du Roussivau. Stationner sur le parking à gauche de la route. |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JEAN MASSON | 032-2 Pic du Cap Roux et Sainte Baume GL2 | FACILE | 3,7 km | Dh :255 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:00 - Durée du trajet : 0:15 Saint-Raphaël-Grotte chapelle de la Sainte-Baume |   |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,457498 6,897955 OU :  43°27'27" 6°53'53" | Emprunter la RN98 en direction de Cannes. Au giratoire d’Agay, tourner à gauche. Prendre ensuite la route à droite en direction du Massif de l’Estérel. Après la Maison forestière du Gratadis, prendre la route à droite en direction du Pic de l’Ours et passer le radier. Au carrefour suivant, tourner à gauche en direction du Pic de l’Ours. Continuer jusqu'au parking de la Sainte Baume, sur la droite, où l'on stationnera. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **19-avr.** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **JEAN BO** | **045 Ravin des Lentisques et Pic d Aurelle** | **MOYEN xxx** | **8,4 km** | **Dh :210 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:50 - Durée du trajet : 0:20Saint-Raphaël-Col de l Eveque | Pierriers, sentiers peu visibles (végétation)  |
|   | Coordonnées GPS 43,461454 6,906517 OU :  43°27'41" 6°54'23" | RN98 en direction de Cannes. Au giratoire d’Agay, tourner à gauche. Prendre ensuite la route à droite en direction du Massif de l’Estérel. Après la Maison forestière du Gratadis, prendre la route à droite en direction du Pic de l’Ours et passer la radier. Au carrefour suivant, tourner à gauche en direction du Pic de l’Ours. Passer le parking de la Sainte Baume et continuer jusqu’au col de l’Evêque, où l’on stationnera sur le côté gauche de la route. |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | JOEL | 008 Menhir d Aire Peyronne | MOYEN xx | 7,3 km | Dh :250 m |
|   | Départ de la randonnée : 13:54 - Durée du trajet : 0:09 Saint-Raphaël-Carriere des Caous a gauche |  Quelques passages raides |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,433413 6,828175 OU :  43°26'0" 6°49'41" | Avenue du Grand Défens, rue Raoul Blanchard, carrefour Peire Sarade. Prendre la première route à droite vers la carrière des Caous (D100). Après celle-ci, prendre à gauche, et stationner avant la barrière. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **26-avr.** | **GL1 Départ: APRES-MIDI** | **ALAIN** | **055 Corniche autour de l Aurelle & Pic 322 m** | **MOYEN xxx** | **7,8 km** | **Dh :370 m** |
|   | Départ de la randonnée : 13:53 - Durée du trajet : 0:23Saint-Raphaël-Calanque de Maupas | Montée et descente caillouteuses par endroits  |
|   | Coordonnées GPS 43,47487 6,924325 OU :  43°28'30" 6°55'28" | Emprunter la RN 98 en direction de Cannes.Au Trayas, stationner à droite sur le parking de la Calanque de Maupas (peu avant la route d’accès à la gare du Trayas). |
|   | GL2 Départ: APRES-MIDI | THIERRY | 052 Chem Litt Les Issambres & Vivier Romain N 1 | MOYEN xx | 7,1 km | Dh :126 m |
|   | Départ de la randonnée : 14:15 - Durée du trajet : 0:30 Roquebrune sur Argens-Plage de la Gaillarde |  Marche sur le chemin des douaniers ; sera remplacé en cas de mauvais temps |   |   |
|   | Coordonnées GPS 43,367742 6,711952 OU :  43°22'4" 6°42'43" | RN98 en direction de Saint-Tropez. A la Sortie de Saint Aygulf juste après le panneau « La Gaillarde », tourner à droite en direction du cimetière. Le parking se trouve tout de suite à gauche. |
|   | **GL3Départ: 14 H** |  |  |  |  |

**RANDONNEES JOURNEE DU JEUDI**

**Les randonnées du 1er groupe G1**, ***d’allure soutenue***, avec dénivelées importantes sur pistes et sentiers caillouteux et parfois escarpés, nécessitent ***une excellente condition physique.***

**Les randonnées du 2nd groupe G2**, ***d’allure modérée***, avec dénivelées limitées, principalement sur pistes et sentiers aisés et exceptionnellement escarpés, nécessitent ***une bonne condition physique*.**

**Attention :** Dans la conjoncture actuelle le rendez vous sur les points de départ des randonnées est privilégié. L’heure indiquée pour ce parking est celle du départ effectif de la randonnée. *Tous les participants s’inscrivent au prélable par sms auprès de l’animateur.*

**Attention** : Les programmes sont arrêtés plus d'un mois avant le début du bimestre. Tout changement (intempéries, indisponibilité de l'animateur, pistes dégradées, modifications des données suite à reconnaissance. .) sera porté à votre connaissance par mail les jours précédents.

***Nouveau*** : pour connaitre le profil de votre prochaine randonnée, consultez le blog du jeudi précédent.

***Les indications données sur la randonnée ne sont pas contractuelles ;*** l'animateur se réserve exceptionnellement le droit de modifier durant le parcours son tracé, sa longueur ou sa dénivelée, en fonction de certains imprévus, mais en restant dans le même niveau de difficulté.

**Animateurs des randonnées G1 et G2** :

* **Joël Lefeuvre** (**responsable de l'activité**)
* Jean Borel
* Jean Masson
* Anne-Marie Guiraud
* Alain Wattebled
* Denis Benoist
* Jack Cavelier
* Patrick Coligneaux
* Thierry Pflimlin

**Programme des Randonnées du Jeudi**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4-mars** | **G1** | **Départ Rando : 09:00** | **ALAIN** | **933-Belle-Barbe et les ravins** | **MOYEN xx** | **16 km** | **Dh 525 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:20** |
|  |  | Randonnée en boucle parmi les roches rouges de l’Esterel, sur de bons chemins et sentiers, dans l’admirable décor sauvage et tourmenté des Gorges du Mal Infernet. Un passage au lac de l’Ecureuil pour grimper vers le Pic de l’Ours par le GR51 et un retour par le Col des Lentisques, le Pic d’Aurelle et le Ravin des Lentisques complèteront ce magnifique parcours. |
|  |  | **RN98 vers Cannes. A Agay, prendre à gauche au giratoire puis à droite vers le Massif de l’Estérel. Après le Maison forestière du Gratadis, dans la descente, obliquer à gauche vers le col de Belle-Barbe. Stationner à gauche au premier parking du col de Belle-Barbe.** | **GPS du parking 43,456499 - 6,868708 OU : 43°27'23" - 6°52'7"** | **Trajet : 10 km** | **Coût par voiture : 8 €** |
|  |  | **Durée :  00:20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4-mars** | **G2** | **Départ Rando : 09:35** | **JEAN MA** | **839-Callian-Découverte et patrimoine** | **MOYEN xx** | **12,3 km** | **Dh 410 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:55** |
|  |  | Rando-Patrimoine entre Callian et Montauroux, à la découverte de richesses patrimoniales de la région : châteaux, chapelles, lavoirs et vieilles calades. Parcours sans difficulté particulière. Très beaux pts de vue. |
|  |  | **A8 vers Nice, sortie 39 Les Adrets. D37 vers le Lac de Saint-Cassien et Montauroux. Au carrefour avec la D562, tournez à droite en direction de Grasse. Parcourir 9 km jusqu’au Val-du-Tignet, prenez à gauche la D11 vers Spéracèdes, Saint-Cézaire. A Spéracèdes, tournez à droite et, par la D513 et D11, gagnez Cabris. Là, prenez la D4 direction Grasse sur 100 m, tournez à droite et stationnez Allée Albert Camus.** | **GPS du parking 43,655594 - 6,87714 OU : 43°39'20" - 6°52'38"** | **Trajet : 48 km** | **Coût par voiture : 26 €** |
|  |  | **Durée :  00:55** |
| **11-mars** | **G1** | **Départ Rando : 09:10** | **JEAN MA** | **586-1-Les Mayons** | **MOYEN xx** | **16,5 km** | **Dh 510 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:00** |
|  |  | Là où Jean Aicard fit naitre dans son esprit Maurin des Maures ; saurez vous distinguer un marron d’une châtaigne, à 2 pas de Collobrieres la capitale du «Marron du Var», et admirer le «Grand-père Châtaignier » |
|  |  | **A8 vers Aix, sortie Cannet-des-Maures, traverser le Luc et poursuivre sur la RN 97 direction Gonfaron –Toulon. Au giratoire suivant tourner à gauche et continuer sur la D 33 jusqu’au village DES MAYONS. Laisser les véhicules sur le Parking sous la Place de la Mairie à l’entrée du village.** | **GPS du parking 43,314251 - 6,358235 OU : 43°18'51" - 6°21'30"** | **Trajet : 61 km** | **Coût par voiture : 39 €** |
|  |  | **Durée :  01:00** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11-mars** | **G2** | **Départ Rando : 09:20** | **JOEL** | **744-La Motte-Les Grands-Esclans** | **MOYEN xx** | **12,3 km** | **Dh 330 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:40** |
|  |  | Rencontre entre sites, paysages insoupçonnés et savoir-faire des grands domaines viticoles de la plaine des ESCLANS sur la commune de La Motte à proximité de l’entrée des Gorges de Pennafort et face au rocher de Roquebrune. Circuit en boucle au départ d’un village de charme typiquement provençal, La MOTTE, empruntant des sentiers et des pistes sans aucune difficulté. |
|  |  | **DN7 vers Aix. Sur le contournement du Muy, au feu tricolore tourner à droite par la D25 et au rond-point tourner à gauche sur la D254 en direction de La Motte. Au niveau de l'église, tourner à droite et rejoindre le parking à 300 m.**  | **GPS du parking 43,493608 - 6,536376OU : 43°29'37" - 6°32'11"** | **Trajet : 34 km** | **Coût par voiture : 15 €** |
|  |  | **Durée :  00:40** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **18-mars** | **G1** | **Départ Rando : 08:05** | **ALAIN** | **852-Les 3 sommets de l Estérel** | **SPORTIF xx** | **22,6 km** | **Dh 770 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:25** |
|  |  | Randonnée panoramique avec l’ascension des 3 plus hauts sommets de l’Esterel, le Mont Vinaigre 614m, le Marsaou 548m et les Suvières 559m. Au retour, un petit passage magnifique aux Clavettes, permet de traverser une brèche, au milieu de rochers et aiguilles aux formes surprenantes, fantasmagoriques, amplifiées par les différentes nuances de couleur ocre de la roche.  |
|  |  | **DN7 vers Cannes, jusqu’au Col du Testanier puis à droite jusqu’à la MF du Malpey. Continuer sur la gauche jusqu’à la barrière.** | **GPS du parking 43,496705 - 6,806288 OU : 43°29'48" - 6°48'23"** | **Trajet : 21 km** | **Coût par voiture : 10 €** |
|  |  | **Durée :  00:25** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **18-mars** | **G2** | **Départ Rando : 09:35** | **JEAN BO** | **896-2-Cabris-la Chevrerie du Bois d'Amon-G2** | **MOYEN x** | **12,6 km** | **Dh 293 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:55** |
|  |  | Randonnée en boucle, au départ de Cabris, un de ces merveilleux villages perchés dont la Côte d’Azur a le secret, dans un paysage typique du haut pays Grassois, à la découverte d’un élevage caprin et du site du Puits d’Amon, point fort de cette randonnée. Visite du village par les nombreuses ruelles jusqu’aux vestiges du château et du promontoire, à 550m d’altitude, dominant Cannes et la vallée de la Siagne Ce parcours se déroule essentiellement sur belles pistes et beaux sentiers sans difficulté particulière, avec de magnifiques panoramas sur le lac de Saint-Cassien, les massifs de l’Esterel et du Tanneron et la Méditerranée. |
|  |  | **A8 vers Nice, sortie 39 Les Adrets. D37 vers le Lac de Saint-Cassien et Montauroux. Au carrefour avec la D562, tournez à droite en direction de Grasse. Parcourir 9 km jusqu’au Val-du-Tignet, prenez à gauche la D11 vers Spéracèdes, Saint-Cézaire. A Spéracèdes, tournez à droite et, par la D513 et D11, gagnez Cabris. Là, prenez la D4 direction Grasse sur 100 m, tournez à droite et stationnez Allée Albert Camus.** | **GPS du parking 43,655594 - 6,87714 OU : 43°39'20" - 6°52'38"** | **Trajet : 48 km** | **Coût par voiture : 28 €** |
|  |  | **Durée :  00:55** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **25-mars** | **G1** | **Départ Rando : 08:55** | **PATRICK** | **614-1-Mont Lachens** | **MOYEN xxx** | **15 km** | **Dh 760 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:45** |
|  |  | Randonnée au toit du Var : La montagne Lachens 1715 mètres avec vue panoramique à 360° Circuit en boucle sur sentiers, chemins, pistes. Pentes très raides et caillouteuses par endroits. |
|  |  | **RN 7 vers Aix-en-Provence. Au Muy, prendre la D25 direction Callas puis suivre Bargeme. Au croisement avec la D21 prendre à droite sur 3 kms environ en direction de LA BASTIDE puis tourner à droite et sur la D625 gagner LA ROQUE ESCLAPON pour stationner sur le parking de l'église.** | **GPS du parking 43,723577 - 6,627581 OU : 43°43'25" - 6°37'39"** | **Trajet : 66 km** | **Coût par voiture : 36 €** |
|  |  | **Durée :  01:45** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **25-mars** | **G2** | **Départ Rando : 08:20** | **ANNE-MARIE** | **550-Roche Noire Pas d Adam** | **MOYEN xx** | **11,9 km** | **Dh 499 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:10** |
|  |  | Un parcours dans l'Estérel, qui vous permettra d'admirer de nombreux points de vue sur la mer et la montagne. Vous apprécierez les sentiers confidentiels et ombragés, le lac de la Louve et ses grands roseaux, et le vallon du Barban, toujours prêt à charrier ses flux impétueux après la pluie. |
|  |  | **Avenue du Grand Défens, rue Raoul Blanchard, carrefour Peire Sarade. Prendre la route en face vers Agay. Rejoindre l'avenue des Golfs. Au niveau de l'Ecole de Golf (Golf Académie), tourner à gauche (station de bus "Rostand") et continuer 500m. Stationner après le virage à gauche sur un espace dégagé à droite.** | **GPS du parking 43,459075 - 6,803877 OU : 43°27'33" - 6°48'14"** | **Trajet : 5 km** | **Coût par voiture : 4 €** |
|  |  | **Durée :  00:10** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1-avr.** | **G1** | **Départ Rando : 09:05** | **ALAIN** | **620-Caille-Cime de Bauroux** | **MOYEN xx** | **10,9 km** | **Dh 580 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:40** |
|  |  | Belle et agréable randonnée, jalonnée de lieux historiques. En commémoration au bicentenaire de la mort de Napoléon le 5 mai 1821, nous irons sur les traces de l’empereur à son retour de l’Ile d’Elbe. On ne s’ennuie pas une minute avec en point d’orgue, le Vieux Séranon et un panorama à 360° à couper le souffle depuis le point culminant à 1644m. |
|  |  | **A8 vers Nice, sortie 39 Les Adrets, lac de Saint Cassien, Montauroux, Callian, Mons, et Caille. On peut également passer par Fayence, Mons et Caille.Le départ de la randonnée se fera à Cailles (06750) parking rue des Ecuries, proche de l’auberge du Bauroux.** | **GPS du parking 43,779022 - 6,731747 OU : 43°46'44" - 6°43'54"** | **Trajet : 85 km** | **Coût par voiture : 46 €** |
|  |  | **Durée :  01:40** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1-avr.** | **G2** | **Départ Rando : 09:05** | **THIERRY** | **561-2-Caussols-Cipieres Plateau de Calern 2** | **MOYEN xx** | **11,1 km** | **Dh 430 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:25** |
|  |  | Randonnée sur le plateau de Calern à 1200m en face de celui de Caussols, où vous découvrirez un magnifique paysage karstique et presque désertique en terrain plat sur 4km. Après une longue descente vers le Vallon des Pesses avec la vues sur le massif du Cheiron et Gréolières. Une montée raide mais régulière nous ramène sur le plateau . |
|  |  | **A8 vers Nice, sortie 37 Les Adrets. Par la D837 parcourir 8,5Km puis prendre la D87 vers le lac de Sains-Cassien / Montauroux. Au rond point tourner à droite direction Grasse par la D562 / D2562. Au Val de Tignet au rond point après le Lidl prendre à gauche la D11 vers Saint-Cézaire. A Spéracèdès prendre à droite jusqu’à Cabris. D4 à gauche, puis D6085 vers St Vallier. A la sortie de St Vallier, environ 1km, prendre à droite la D5 vers Thorenc puis la D12 vers Caussols. A Caussols prendre à gauche le chemin de l’Observatoire de la Côte d’Azur (OCA). Continuer jusqu’au CERGA et son parking.** | **GPS du parking 43,75321 - 6,924391 OU : 43°45'12" - 6°55'28"** | **Trajet : 70 km** | **Coût par voiture : 40 €** |
|  |  | **Durée :  01:25** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **8-avr.** | **G1** | **Départ Rando : 09:25** | **JEAN BO** | **742-Salernes-Tour du Babadie** | **MOYEN xx** | **16,4 km** | **Dh 320 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:15** |
|  |  | Au pied des pentes boisées du plateau d'Aups, le charmant village de Salernes dominé par les ruines du château médiéval, occupe la rive gauche de la Brasque dont la riante vallée serpente dans la verdure jusqu'à sa confluence avec l'Argens, petit fleuve varois qui rejoint la mer dans le Golfe de Fréjus. De belles pistes sans difficulté nous ferons découvrir la campagne salernoise à travers bois, vignes et oliveraies autour du sommet local, Le Babadié, qui culmine modestement à l'altitude de 487 mètres. |
|  |  | **A8 vers Aix, sortie 36 Le Muy, suivre Draguignan D 555. Après le garage Renault ( au rond-point des Danseurs ) suivre la direction SALERNES par D 557. A l’entrée de SALERNES, aux deux premiers rond-points , suivre SALERNES CENTRE. Au 3ème rond-point, après la Gendarmerie, suivre la voie marquée « Ancienne Voie Ferrée de Provence». Parcourir 100 mètres et stationner sur la droite dans le PARKING Place Jean Moulin.** | **GPS du parking 43,25928 - 6,236806 OU : 43°15'33" - 6°14'13"** | **Trajet : 60 km** | **Coût par voiture : 32 €** |
|  |  | **Durée :  01:15** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8-avr.** | **G2** | **Départ Rando : 08:45** | **PATRICK** | **501-3-Pic de la Gardiette** | **MOYEN xx** | **14,8 km** | **Dh 340 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:35** |
|  |  | A deux pas de Saint-Raphaël, un passage à l’oppidum de la Forteresse, à d’anciennes tailleries de meules dans la rhyolite amarante de l’Estérel, des vues vers la mer du Balcon de la Méditerranée et à 360° du Pic de la Gardiette. |
|  |  | **Du carrefour Peire Sarade, prendre la D100 en direction de l’A8. Au giratoire du Capitou, prendre la D4 en direction de Bagnols en Forêt. A l’entrée du village, obliquer à gauche et descendre la D47 en direction de Draguignan, jusqu’à la chapelle Notre-Dame. A ce carrefour, tourner à gauche et suivre la route sur 700 mètres pour aller stationner à gauche dans le parking du nouveau cimetière.**  | **GPS du parking 43,530076 - 6,691045 OU : 43°31'48" - 6°41'28"** | **Trajet : 28 km** | **Coût par voiture : 16 €** |
|  |  | **Durée :  00:35** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **15-avr.** | **G1** | **Départ Rando : 08:50** | **PATRICK** | **718-1-Mons- Les Megalithes-Niv 1** | **MOYEN xxx** | **18,6 km** | **Dh 530 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:10** |
|  |  | Belle randonnée variée et de 510 M au départ du joli village de Mons ,nous emprunterons routes, chemins, sentiers, avec une belle descente vers une cascade et passage d’un gué, d'une jolie montée à travers bois et forêts, nous suivrons un chemin de crête pour aller admirer une magnifique cascade. Au long du parcours nous découvrirons une chapelle et surtout les MégaIithes, et pour terminer nous emprunterons les magnifiques ruelles de Mons avec ses porches, fontaine, ... . . . |
|  |  | **A8 vers Nice, sortie 69 Les Adrets. Suivre direction Fayence D837 suivre la D 37 continuer sur la D 562 ensuite suivre la D 19 pour vous retrouver sur la D563 pour arriver sur Mons. A l’entrée de Mons tourner aussitôt à droite et contourner le village pour aller au fond du village pour trouver le parking se garer auprès de l’office de tourisme** | **GPS du parking 43,689379 - 6,712882 OU : 43°41'22" - 6°42'46"** | **Trajet : 56 km** | **Coût par voiture : 48 €** |
|  |  | **Durée :  01:10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15-avr.** | **G2** | **Départ Rando : 08:50** | **THIERRY** | **799-2-Vidauban-Château d’Astros 2** | **FACILE** | **12,4 km** | **Dh 200 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:40** |
|  |  | L'histoire de ce domaine d'Astros, dont les vins remportent de nombreux prix et régulièrement la médaille d'or au Concours Général de Paris, mêle chevaliers Templiers, esprit Renaissance et bourgeoisie marseillaise prospère. C'est ici que furent tournées les célèbres scènes du Château de ma mère. Prévoir 1,5€ pour la visite et la dégustation. |
|  |  | **A8 vers Aix, sortie 36 Le Muy et suivre la RN 7 en direction d’Aix, à l'entrée de Vidauban, ne pas prendre la déviation. Se diriger à droite vers Centre-ville. Passer le carrefour de la route de Lorgues et stationner sur le parking de la Tuilerie, 200m à droite. Se garer au fond du parking sur la partie non bitumée.** | **GPS du parking 43,42607 - 6,42908 OU : 43°25'34" - 6°25'45"** | **Trajet : 36 km** | **Coût par voiture : 23 €** |
|  |  | **Durée :  00:40** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **22-avr.** | **G1** | **Départ Rando : 09:15** | **THIERRY** | **771-1-La Flute-Col de Valdingarde-1** | **SPORTIF x** | **17,7 km** | **Dh 848 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:50** |
|  |  | Circuit en montées et en descentes, une montée très longue et forte (>30°) en début de matinée pour monter à la Flûte, une descente longue et délicate en début d’après-midi vers le col de Valdingarde, suivie d'une seconde montée raide (>30°) et d'une belle descente. Sentier est semé d’embûches et sol très caillouteux. Vous aurez le plaisir d’admirer la baie de Fréjus–Saint-Raphaël, le golfe de Saint-Tropez. Vous découvrirez l’ancien hameau de Saint-Daumas et la forêt de la Haute Cavalière. |
|  |  | **DN7 vers Aix. Passer devant l’entrée de l’autoroute et au grand giratoire des Quatre Chemins, obliquer à gauche et emprunter la D7 vers Roquebrune-sur-Argens. A l’entrée du village, tourner à droite pour rejoindre le cimetière. Prendre à gauche de la chapelle la petite route montante sur 875 mètres. Ensuite, obliquer à gauche, passer devant les « Vingt-cinq ponts », puis continuer jusqu’au croisement avec le Chemin neuf (cote 194 mètres, Citerne). Ce lieu de stationnement (aire de Tout Olivier) est petit, se serrer.** | **GPS du parking 43,418484 - 6,639175 OU : 43°25'7" - 6°38'21"** | **Trajet : 24 km** | **Coût par voiture : 12 €** |
|  |  | **Durée :  00:50** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **22-avr.** | **G2** | **Départ Rando : 10:10** | **DENIS** | **504-3-Testanier-Freye-Avelan** | **MOYEN x** | **11,7 km** | **Dh 275 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:30** |
|  |  | Randonnée en boucle au départ du Col du Testanier sur chemins et sentiers parfois pentus. Nous gravirons les deux sommets de l’Esquine (388 m) et de Pey-Servier (377 m) en passant par les gorges de l’Avellan et le lac éponyme dont les paysages magnifiques sont familiers des randonneurs du Cercle de Boulouris, ne serait-ce que par le pique-nique qui y était organisé chaque année la dernière semaine de juin. |
|  |  | **DN7 vers Cannes. Continuer jusqu’au Col du Testanier. Tourner à gauche et stationner sur le parking à gauche de la piste qui mène au Lac de l’Avellan.** | **GPS du parking 43,501812 - 6,793746 OU : 43°30'7" - 6°47'37"** | **Trajet : 19 km** | **Coût par voiture : 10 €** |
|  |  | **Durée :  00:30** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **29-avr.** | **G1** | **Départ Rando : 08:25** | **JOEL** | **946-Néoules - Pilon Saint Clément** | **MOYEN xxx** | **18,3 km** | **Dh 509 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 01:15** |
|  |  | Cette randonnée inédite nous permettra de faire un magnifique parcours en crête entre le Pilon Saint Clément à 705 m d’altitude et le Pas de Riquier pour une vue exceptionnelle sur le Massif des Maures, le Lac Sainte Croix, les Mont Faron et Coudon . . .et les Iles. Une montée longue en matinée avec un petit coup de rein pour arriver au somment, et une petite surprise au retour. |
|  |  | **A8 vers Aix, puis A57, sortie 10 vers Brignoles par la D 43 ; environ 7 km après prendre-sur une ligne droite- à gauche la direction Néoules par la D 68 ; attention route un peu étroite ; le parking est à l’entrée de la commune devant les Ecoles et la Mairie en face.** | **GPS du parking 43,309398 - 6,012749 OU : 43°18'34" - 6°0'46"** | **Trajet : 88 km** | **Coût par voiture : 61 €** |
|  |  | **Durée :  01:15** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **29-avr.** | **G2** | **Départ Rando : 09 :45** | **DENIS** | **642-Vieux Cannet-Chap.St Michel** | **MOYEN x** | **13 km** | **Dh 265 m** |
|  |  | **Durée du Trajet : 00:50** |
|  |  | Vieux Cannet des Maures, village de caractère qui mérite la visite. Entraygues, sa chapelle troglodyte Saint-Michel et les arches naturelles de l'Argens par un parcours facile sur de belles pistes et sentiers |
|  |  | **A8 vers Aix, puis A57 sortie 13Le Luc, Vidauban, Les Arcs. Au rond point, D17 Le Thoronet. Après 1,4km tourner à gauche vers Le Vieux Cannet. Après 500 à droite jusqu'à l'église St Michel** | **GPS du parking 43,401523 - 6,347596 OU : 43°24'5" - 6°20'51"** | **Trajet : 46 km** | **Coût par voiture : 31 €** |
|  |  | **Durée :  00:50** |

**Visitez le blog des randonnées du jeudi du Cercle** [**http://randoboulouris2.over-blog.net/**](http://randoboulouris2.over-blog.net/)

**Les blogs sont suspendus pour l’instant, mais continuent à vous envoyer le profil des randonnées de la semaine suivante.**