



**Début des randonnées le 11 Septembre, après inscription 2023-2024 à Carquei'rando, auprès de Marie Dalmas**  
**En raison de la chaleur, les randonnées du Lundi après-midi seront effectuées le matin (13h30 à 8h30, 14h00 à 9h)**  
**Début de la marche aquatique le jeudi 7 Septembre, inscription obligatoire à carquei'rando pour la saison 2023-2024**  
**\* Visite de la brasserie à Six Fours sur inscription auprès de Michèle Ripard : pieripard@gmail.com**

vacances scolaires		Maison des Associations, Chemin du Petit Lac 83320 CARQUEIRANNE Site internet : www.carqueirando.com Permanences le mardi de 17h00 à 18h00										CARQUEI' RANDO RANDONNEES PEDESTRES Programme Septembre 2023											
		facile		moyen		assez soutenu		sportive		m. nordique		M A C - L C		F		M		AS		SP		MN	
A	B	C	Type de rando	Date	Heure Départ	N° de la rando	Désignation de la randonnée	Lieu de départ	Covoitur A/R km	Diffic	DPC	Dist Rand km	Durée			Animateur							
				Ma	29-Aout	14h00	Réunion du C.A																
				Ma	05-sept.	17h00	Permanence Maison des Associations											Laurence Moreau					
			MAC	Je	07-sept	9h30	Marche aquatique côtière	Plage de l'Almanarre Porte n°3				2	1h30	Inscription 2023-2024 obligatoire			Jean-Louis Barré						
				Sa	09-sept.	9h00	Forum des Associations																
			MN	Lu	11-sept.	9h00	Les Salins	Port Pothuau	25	P1T0	0	8	2H30	Initiation			Lyliane Giai / Lucien Roche						
			M	Lu	11-sept.	8h30																	
			F	Lu	11-sept.	9h00	VLT 1028 Sentier du Littoral - Pointe du Dattier	Le Rayol	80	P1T1	180	7,5	2h45				Pierre Cazi						
				Ma	12-sept.	14h00	Réunion du C.A 15h30 - Réunion des animateurs																
				Ma	12-sept.	17h00	Permanence Maison des Associations											Marie Dalmas					
			M	Me	13-sept.	8h30	Le Pas du Saunier	Hyères/Parking Arromanches	15	P0T0	0	8,5	3H00	Pique-nique fin de rando			Pierre Hubert						
			MAC	Je	14-sept.	9h30	Marche aquatique côtière	Plage de l'Almanarre Porte n°3				2	1h30				Jean-Louis Barré						
			M	Ve	15-sept.	8h00	VLT 2124R Plage de Bonporteau	Le Rayol / Canadel	85	P2T1/2	580	17	5,3				Laurence Moreau						
			M	Ve	15-sept.	8h30	VSB 2001 Le grand Gaudin, de RD64	Mazaugues	100	P2T2	270	15	5h00				Paul Minel						
			MN	Sa	16-sept.	9h00	L'Ayguade	Le Palyvestre	16	P1T0	0	10	2H30	Initiation			Lyliane Giai / Lucien Roche						
			MN	Lu	18-sept.	9h00	La Castille	La Castille	30	P1T0	0	9	2H30				Lyliane Giai / Lucien Roche						
			M	Lu	18-sept.	8h30	VMM 1036 Les Gageais de la D88 Pierrefeu - La Londe	Pierrefeu	50	P2T1	360	10,5	3h30	Pique-nique Possible			Marie Dalmas						
			F	Lu	18-sept.	9h00	VAT 1019F Les Maurettes, du château de Hyères	Hyères (château)	20	P1T2	180/230	4,4/5	2h00				Jean-Louis Barré						
				Ma	19-sept.	17h00	Permanence Maison des Associations											Alain Pey					
			AS	Me	20-sept.	8h00	VVA 2113 Circuit du Thoronet et Bords de l'Argens	Le Thoronet (Abbaye)	130	P2T2	460	20	6H				Marie Dalmas						
			M	Me	20-sept.	8h30	VLT 1015F Collet Redon et Marquisanne de la Navicelle	Carquieranne / Colle Noire	7	P1T1	200	8	2H30				Yves Armand						
			MAC	Je	21-sept.	9h30	Marche aquatique côtière	Plage de l'Almanarre Porte n°3				2	1h30				Jean-Louis Barré						
			AS	Ve	22-sept.	8h00	VSB 2129 Barres de Mazaugues/ Plateau d'Agnis	Mazaugues	100	P2T2	700	18	6H00				Roger Dalmas						
			M	Ve	22-sept.	8h30																	
				Sa	23-sept.	9h00	Croisière La Londe - Saint-Tropez	La Londe Les Maures	45						Sur inscription auprès de JL Barré			Jean-Louis Barré					
			MN	Sa	23-sept.	9h00	Le Beau Vézé	Parking Gymnase	0	P1T1	60	8	2H30				Lyliane Giai / Lucien Roche						
			MN	Lu	25-sept.	9h00	Le Plan de La Garde	Parking Espace des Arts	10	P1T0	0	9	2H30				Lyliane Giai / Lucien Roche						
			M	Lu	25-sept.	8h30	VLT 1048 Cabasson Piste de Vincennes par Requinquille	Bormes / Cabasson	60	P2T1	240	10,7	3H00	Pique-nique fin de rando			Laurence Moreau						
			F	Lu	25-sept.	9h00	VLT 1044 Plage de Pellegriin du port de Miramar	La Londe Les Maures	45	P1T1	50	6,5	2h30				Pierre Cazi						
				Ma	26-sept.	17h00	Permanence Maison des Associations											Roger Dalmas					
			AS	Me	27-sept.	8h00	VSB 2120 Col de Bertagne / Tour de Cauvin	Plan d'Aups	125	P2T2	650	17	6H00	Variante Courte			Roger et Marie Dalmas						
			M	Me	27-sept.	8h30	VAT 1060 L Cap Gros du Col de Garde	Le Revest	50	P2T1	300	10	3H30				Paul Minel						
			MAC	Je	28-sept.	9h30	Marche aquatique côtière	Plage de l'Almanarre Porte n°3				2	1h30				Jean-Louis Barré						
				Je	28-sept.	17h00	Réunion des Adhérents - Maison des Associations																
			AS	Ve	29-sept.	8h00																	
			F	Ve	29-sept.	8h30	Randonnée puis Visite de la brasserie "La Cigale", dégustation	La Seyne sur mer	60						Sur inscription *			Michèle Ripard et Paul Minel					
			F	Ve	29-sept.	8h30	VLT 1077 Batterie de Peyras, de la forêt de Janas	La Seyne sur mer	60	P2T2	300	10	3h30	Randonnée liée à visite brasserie			Michèle Ripard et Paul Minel						
			MN	Sa	30-sept.	9h00	La Badine	la Capte	20	P1T0	0	10	2H30				Lyliane Giai / Lucien Roche						

Animatrices et animateurs du mois : Laurence Moreau : 06 18 46 32 42 ; Lyliane Giai : 06 41 13 05 71 ; Marie Dalmas Tanguy : 06 85 06 52 53 ; Jean-Louis Barré : 06 30 11 68 13 ; Jean-Marie Heydorff : 06 28 18 30 29 ; Lucien Roche : 06 68 46 27 49 ;  
 Philippe Duval : 06 12 78 86 03 ; Roger Dalmas : 06 87 25 01 60 ; Pierre Hubert : 06 12 87 72 75 ; Paul Minel : 06 82 28 51 21 ; Alain Pey : 06 98 72 28 61 ; Pierre Cazi : 06 52 22 15 85