

# Amicale Laïque du Mourillon

## PROGRAMME DES RANDONNÉES D'OCTOBRE À DECEMBRE 2025

Responsable d'activité : Claudie (06.62.24.60.01)

| Date                    | Itinéraire                                                       | Difficulté | Distance | Dénivelé    | Animateur  |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------|------------|----------|-------------|------------|
| Judi<br>9 octobre       | Port de Bormes à La Fossette<br>(Bormes-les-Mimosas) 4,00 €      | 1 *        | 9 km     | 10 m        | Claude     |
| Dimanche<br>12 octobre  | Belgentier<br>2,00 €                                             | 2 **       | 12 km    | 200 m       | Jean-Louis |
| Dimanche<br>19 octobre  | Lac des Escarcets<br>(Les Mayons) 3,00 €                         | 1 *        | 10 km    | 100 m       | Christian  |
| Dimanche<br>26 octobre  | Pont de Saint-Sumian<br>(Bras) 4,00 €                            | 1 *        | 12 km    | 350 m       | Lucien     |
| Dimanche<br>2 novembre  | Port du Niel<br>(Giens) 2,00 €                                   | 1 *        | 8 km     | 120 m       | Alain      |
| Dimanche<br>9 novembre  | Les Salins - vers La Londe<br>(Hyères) 2,00 €                    | 1 *        | 12 km    | négligeable | Lucien     |
| Judi<br>13 novembre     | Autour de la chapelle Sainte-Fretouze<br>(La Ciotat - 13) 2,00 € | 1,5 *      | 6 km     | 200 m       | Claude     |
| Dimanche<br>16 novembre | La Ripelle<br>(Le Revest) 2,00 €                                 | 2 **       | 12 km    | 200 m       | Jean-Louis |
| Dimanche<br>23 novembre | La croix d'Anselme – plateau Lambert<br>(Collobrières) 2,00 €    | 2 **       | 12 km    | 200 m       | Christian  |
| Dimanche<br>30 novembre | La Navarre<br>(La Crau) 2,00 €                                   | 1 *        | 6 km     | 200 m       | Alain      |
| Dimanche<br>7 décembre  | Fort de la Bayarde<br>(Carqueiranne) 2,00 €                      | 2 **       | 12 km    | 200 m       | Jean-Louis |
| Judi<br>11 décembre     | Le sommet du Coudon<br>(La Valette-du-Var) 2,00 €                | 1,5 *      | 6 km     | 100 m       | Claude     |
| Dimanche<br>14 décembre | La Courtine - Châteauvallon<br>(Toulon) 2,00 €                   | 2 **       | 8 km     | 200 m       | Françoise  |

**TÉLÉPHONES DES ANIMATEURS :** Alain 06.75.63.09.61 / Claude 06.95.26.34.52 / Christian 06.95.30.75.91 / Françoise 06.85.65.44.23 / Jean-Louis 07.71.86.91.58 / Lucien 06.83.94.91.35.

**PROGRAMME :** Il sera respecté dans la mesure du possible, en tenant compte des caprices du temps. Toujours prévoir son casse-croûte, de bonnes chaussures, d'éventuels bâtons de marche et un imperméable.

**DÉPARTS :** Le **dimanche** à **9 heures**, au Mourillon, sur le parking situé en face de la salle des mariages, près de la piscine de Port-Marchand. Le **jeudi** à **9 heures 30** sur ce même lieu. Il est recommandé de s'y rendre 10 minutes avant, afin d'organiser le co-voiturage

**CO-VOITURAGE :** Sur décision du Conseil d'Administration et des animateurs de randonnée, afin d'harmoniser les conditions de déplacements entre chauffeurs et passagers, une **participation aux frais de route** a été instituée (Cf. calculs selon application « Mappy » - **tarif pour 4 personnes/véhicule**).

**NIVEAUX DE DIFFICULTÉ :** 1 \* (très facile, pour tous), 1,5 \* (assez facile, passages un peu chaotiques), 2 \*\* (moyen, pour marcheurs aguerris) et 3 \*\*\* (difficile, pour randonneurs confirmés).

**CERTIFICAT MÉDICAL :** Obligatoire pour les nouveaux inscrits.