

# MARINA RANDO

## PROGRAMME DES RANDONNEES

Période du 02 février au 28 février 2026

F1 : facile - F2 : moyen - F2 : Jeudi Matin - F3 : sportif - RD : Rando Douce

\*le covoiturage (0,30€ du km + autoroute), est donné à titre indicatif et sera ajusté par l'animateur en fonction du trajet réellement effectué et perçu en fin de trajet.

Lieu de rendez vous : **Parking Robinson** (arriver 10mn avant l'heure du départ)

Date	Niv	Lieu	Altitude Maxi	Lieu de départ	Trajet km	Type Rando	H départ	Dénivelé	Kms	Durée	Animateur(s)	Carte
L 02/02	F1	Chemin de Nietzsche EZE	411m	Parking Général De gaulle	120km	A/R	8h00	473m	6,69km	5h00	Félix	3742OT
L 02/02	F2	Les Roches Blanches	637m	La Garde Freinet	160km	circuit	7h30	700m	14km	5h30	Michel	3545OT
J 05/02	F2	1/2J - Rastel d'Agay	300m	parking du TOGO	50km	circuit	8h00	280m	9km	4h00	Alain	3544ET
J 05/02	F3	Porquerolles		La Tour Fondue/Hyères	240km	circuit	6h30	500m	18km	7h00	Gregory	3446OT
V 06/02	RD	Maurevieil (mimosas)	150m	le Tremblant	8km	circuit	8h30	150 m	9km	5h00	Ginette	3544ET
L 09/02	F1	Mont Vinaigre	614m	Maison forestière Malpey	38km	circuit	8h30	380m	10km	5h30	Lionel	3544ET
L 09/02	F2	Serre Madeleine	960m	Bramafan	160km	circut	7h30	710m	12km	5h00	Eric	3642ET
J 12/02	F3	L'Estellier	1278m	Bezaudin	120km	circuit	7h00	850m	14km	6h00	Eric	3642ET
L 16/02	F1	Baou de la Gaude	400m	Parking ND des champs	76km	circuit	8h30	400m	7,5km	4h30	Alain	3742ET
L 16/02	F2	Circuit mimosas	482m	Tanneron	25km	circuit	8h00	610m	15km	5h30	Michel	3543ET
J 19/02	F2	1/2j - Les crêtes Tanneron 2	386m	Stade municipal	31km	circuit	8h00	361m	8,86km	4h00	Félix	3543ET
J 19/02	F3	Traversée de l'Esterel	488m	Théoule gare (train)	6km	traversée	7h30	1100m	19km	7h00	Eric	3544ET
V 20/02	RD	Dolmen de l'agriotier	300m	Saint Aygulf	78km	circuit	8h30	200m	8,5km	5h00	Daniel	3544ET
L 23/02	F1	Barrage de Saint-Cassien	302m	Chapelle St Cassien des bois	44km	circuit	8h30	460m	10,7km	5h00	Félix	3543ET
L 23/02	F2	Plateau de Calern	1454m	Cipières	90km	circuit	7h00	720m	16km	5h30	Michel	3642ET
J 26/02	F3	Le Grammondo	1378m	Col de Castillon	152km	circuit	7h00	1090m	16,5km	6h30	Eric	3741ET

Armando Jean-Claude

06 24 33 05 62

Engels Bernard

06 77 16 57 86

Portal Daniel

06 85 83 65 71

Chassard Joël

06 15 10 53 24

Lanzo Walter

06 58 33 43 24

Ravet Lionel

06 14 59 18 92

Chatte Félix

06 27 50 39 58

Long Paul

06 67 62 95 18

Sagardia Michel

06 50 45 56 32

Correia Grégory

06 68 16 42 34

Masay Ginette

07 68 50 01 35

Torres Eric

06 07 57 51 34

Curabé Geneviève

06 85 42 80 02

Menchon Marité

06 80 54 82 76

Touboul Alain

06 60 85 19 00

De Palma Marc

06 72 59 97 68

Parmentier Jacques

06 75 32 70 79