

Tel SLV: 04 94 03 02 25 (Informations sur les sorties, la veille par WhatsApp, Heure et lieu de RV)

Cotation :

EFFORT



TECHNICITÉ



**Effort** : Cela correspond à l'effort physique que le randonneur doit fournir en fonction de la longueur de l'itinéraire, de l'allure, du dénivelé.

- E1 = Marche douce (pas à SLV)

- E2 = Promenade et petite randonnée, randonnée urbaine, maxi 6-7km dénivelé inférieur à 100m

- E3 = Randonnée sans grosse difficulté, engagement physique mesuré, 10-14km, dénivelé de 200 à 500m

- E4 = Assez difficile, nécessitant un randonneur expérimenté pour des randonnées soutenues avec engagement physique, 15-17km, dénivelé 500 à 700m

- E5 = Difficile, engagement physique important, randonnée très soutenue nécessitant un randonneur expérimenté et entraîné, 15-22km, dénivelé 500 à 700m et plus.

**Technicité** : Cela concerne l'état du sentier, la présence plus ou moins importante d'obstacles :

- T1 = Chemin ou sentier plat ou pentu, terrain gravillonné et agréable, quasiment pas d'obstacles.

- T2 = Parcours ou sentier caillouteux avec dénivelés fréquents. Obstacles de la hauteur des chevilles et des genoux.

- T3 = Parcours très rocailleux, raviné, éboulis, pierriers, dénivelés importants positifs et négatifs et obstacles de la hauteur des hanches.

Dates/Animateurs	Randonnées du jeudi	Période du 7 mai au 1 octobre 2026
<p>Date: 07 mai 2026 Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Christine Robert</p>	<p>Lieu: Tourves "Château de Valbelle et musée des Gueules Rouge" Randonnée =&gt; Km: 6 Dénivelé: + m_Cotation =&gt; E: 2 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Itinéraire: Le château de Tourves domine le village depuis le Moyen Age. En 1002, c'est dans le cartulaire de l'abbaye de Saint-André qu'on parle de château à Tourves lors de la donation du juge Heldebert de la moitié de Tourves au monastère. Puis Le musée des Gueules Rouges retrace l'histoire de l'exploitation de la bauxite dans les mines du Var et de ces hommes qui travaillaient dans des conditions éprouvantes et rentraient chez eux couverts de poussière rouge, d'où les "Gueules Rouges".</p>	
<p>Date: 21 mai 2026 Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Robert Bernard</p>	<p>Lieu: Signes "Tunnel de verdure" A midi repas partagé avec grillades Après midi, jeux (Molky, pétanque et Jeu de Cornhole) Randonnée =&gt; Km: 8 Dénivelé: + 250 Cotation =&gt; E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Itinéraire:</p>	
<b>Ascention le jeudi 24 mai</b>		
<p>Date: 28 mai 2026 Heure: 9:00 N° 55709749 Parking: Berg (RCT) Animateurs: Christian Robert</p>	<p>Lieu: Plan d'Aups Sainte-Baume "A l'ombre et au pied de la Sainte-Baume" Randonnée =&gt; Km: 9,5 Dénivelé: + 118 m_Cotation =&gt; E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Christian Itinéraire: Cette boucle vous permettra d'être en plein cœur de la forêt de la Sainte-Baume. Au pied de la montagne, vous pénétrerez dans l'ambiance fraîche, humide et pleine de vie de l'une des forêts le mieux préservées de France. Venez découvrir les essences les plus représentatives de l'ubac de cette montagne.</p>	
<p>Date: 4 juin 2026 Heure 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Bernard Gilles</p>	<p>Lieu: Lorgues Ermitage Saint Ferréol - Train des Pignes" Randonnée =&gt; Km: 11 Dénivelé: + 320 m_Cotation =&gt; E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Itinéraire: <u>La colline de Saint-Ferréol</u> abritait au IVème siècle avant J.C. un oppidum celto-ligure. Avec la conquête de la Gaule par les Romains, le lieu fut abandonné, puis la colline servit de refuge aux ermites chrétiens ; une chapelle fut construite, sans cesse augmentée. Au XVIème siècle, l'arrivée de reliques de Saint-Ferréol, qui fut désigné saint patron de la cité, conféra un grand rayonnement au site. <u>Train des pignes</u>: Entre bords de rivières, moulin à farine en ruine, forêts de chênes, vignes et oliveraies, le chemin suivra la ligne "train des pignes" qui joignait Nice à Meyrargues de 1888 à 1950, voie chemin de fer désaffectée qui connut un énorme succès et dont il reste quelques vestiges</p>	
<p>Date: 11 juin 2026 Heure: 9:00 N° Parking: Berg (RCT) Animateurs: Robert Gilles</p>	<p>Lieu: Saint Cyr sur Mer "Dune Port d'Alon-Nartette" Randonnée =&gt; Km: 10 Dénivelé: + 280 m_Cotation =&gt; E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Itinéraire: Calanque de Port d'Alon, Pointes Grenier, Fauconnière... Autant de sites pittoresques, désormais protégés. Particularité du site : la « colline de sable » de la Gâche, œuvre du Mistral qui arrache le sable à la plage des Lecques pour le déposer sur ce secteur sur 20ha. Des centaines de mètres de ganivelles (barrières en bois servant à piéger le sable) ont été nécessaires pour stabiliser la dune.</p>	
<p>Date: 18 juin 2026 Heure: 9:00 N° 55834 Parking: Berg (RCT) Animateurs: Christian Robert</p>	<p>Lieu: Hyères "Presqu'île de Giens" et baignade à la plage Darboussières "Prenez vos maillots de bain" Randonnée =&gt; Km: 7 ou 10 Dénivelé: + 250 ou 260 m_Cotation =&gt; E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Itinéraire: C'est un incontournable de la randonnée sur Hyères. Mieux même : l'un des plus beaux tracés de tout le littoral varois ! Ainsi, le sentier qui longe et traverse la Presqu'île de Giens offre aux marcheurs non seulement de superbes paysages, mais aussi une immersion au cœur de la nature varoise de bord de mer.</p>	

Date: 25 juin 2026 Heure: 9:00 Parking:Berg (RCT) Animateurs: Tous	Lieu: Plage de Cabasson Pique-nique de fin d'année Divers jeux de quilles "Mölkky",Pétanque, Jeu de Cornhole  Journée: Située à proximité immédiate du Fort de Brégançon, juste après les magnifiques cabanons de pêcheurs, la plage de galets de Brégançon offre une vue ...
Du 13 au 20/09/2026 Animateur: Robert Christine Nicole Daniel	Lieu: Arles Visite d'Arles monumentake, séjour de Van Gogh, Moulin de Fontevielle, Camargue et parc ornithologique, Sainte Maries de la Mer Samedi 19 et dimanche 20 journées du patrimoine
Du 31/08 au 9/09/2026 Animateur: Christian et Gilles Elisabeth et Marie-Reine	Lieu: Tarn et Garonne "Entre falaise et Rivières Présentation des randonnées : 8 randonnées, 82 km et +/- 1700 m de dénivelé, toutes les randonnées sont classées : moyennes donc tout à fait accessibles à l'ensemble des participants. Randonnées et visite le matin ou l'après-midi en fonction de l'organisation 1_Saint-Antonin Noble Val à 12 km « Roc Deymié » 9,2 km et +256 m 2_Bruniquet à 23 km « Le Cabéou » 10,5 km et +166 m 3_Septfond à 12 km « La tombe du géant » 10.7 km et +55 m 4_Saint Projet à 22 km « La chapelle Saint-Caprais » 12,2 km et +205 m 5_Saint Nicolas de la Grave à 9 km « L'observatoire aux oiseaux » 9 km et + 44 m 6_La Française à 15 km « La forêt des Mothes » 10 km et +310 m 7_Lauzerte à 23 km « La chapelle Saint-Sernin du Bocs » 11,3 km et +320 m 8_Gasques à 22 km « Les vallons de Gasques » 8 km et 250m.
Christian	Nota: A votre disposition, deux séjours Randonnées et visite culturelle Nous pouvons vous accompagner pour la préparation et l'organisation "Idéale 2 voitures et 8 personnes" 1) Le Gers "Echappées belles en terre d'Armagnac 2) La Corèze "Balade hors du temps"
Saison du 24 septembre 1 octobre 2026	
Date: 24 septembre 2026 Heure: 9:00 N° Parking:Berg (RCT) Animateurs: Robert Bernard Daniel	Lieu: La Garde "Visite de la villa romaine de Saint Michel" Randonnée => Km: 10 Dénivelé: 120 m_Cotation => E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Oui Itinéraire: A l'est de Toulon, la villa romaine de La Garde a été fondée dans la deuxième moitié du 1er siècle avant notre ère. Elle comprend une huilerie, des thermes, ainsi que le probable coursier d'un moulin, mis au jour par le Centre Archéologique du Var lors des fouilles menées à l'occasion de la construction de l'université de 1968 à 1985. Ces vestiges, d'époque romaine, sont toujours visibles sur le campus mais demeurent méconnus par le grand public.
Date: 1 octobre 2026 Heure: 9:00 N° Parking:Berg (RCT) Animateurs: Robert Christine	Lieu: Seillon source d'Argens "La source et le Pigeonnier de Brue-Auriac" Randonnée => Km: 12 Dénivelé: + 290 m_Cotation => E: 3 T: 2 Reconnaissance faite: Itinéraire: La Source :Invisible, elle est partiellement captée dans la roche de la colline pour alimenter les villes de Seillons Source d'Argens et Saint-Maximin la Sainte-Baume. Malgré les années de sécheresse cette source ne s'est jamais tarie, elle alimente toute la commune de Seillons Source d'Argens, qui est entièrement autonome. Le pigeonnier est situé à Brue-Auriac, le pigeonnier, comme tout le village, doit sa création à Georges Roux grand armateur marseillais, seigneur et marquis de 1746 à 1789. Ayant acquis les terres de Brue, à partir de 1750, Il y développe une industrie florissante (soierie, teinturerie, tuilerie, faïencerie...).
Date: Heure: N° Parking:Berg (RCT) Animateurs:	Lieu: Randonnée => Km:    Dénivelé: +    m_Cotation => E:    T: Reconnaissance faite: Itinéraire: