



Gymnase du Fenouillet, av. Frédéric Mistral - 83260 La Crau

06 85 83 48 24 - lei.sauto.valat@free.fr - www.lei-sauto-valat.com

Programme des randonnées 2026

janvier, février, mars

Tout marcheur doit avoir réglé sa cotisation à Lei Sauto Valat Rando et avoir sa licence FFRP.

Tous les marcheurs doivent s'assurer auprès de leur médecin de leur aptitude physique à supporter les efforts imposés par les marches programmées dans le groupe qu'ils choisissent. Fournir un certificat médical.

Toute personne quittant le groupe le fait à ses risques et périls. Les responsables et animateurs sont les seuls juges pour refuser la participation d'un marcheur mal équipé ou en condition physique insuffisante.

Une modification de programme peut intervenir au dernier moment pour des raisons climatiques ou l'indisponibilité de l'animateur.

La participation aux frais de covoiturage est librement convenue.

A titre indicatif, elle peut se situer à **0,10 €** par personne et par kilomètre.

Les permanences ont lieu le mardi de 17h00 à 18h30 au gymnase « Le Fenouillet » à La Crau, bureau n°5, 1er étage.

Vos animateurs

Noël Goize	04 94 57 85 00 ou 06 66 95 57 67
Jean-François Lorin	06 25 57 74 26
Jean-Claude Plancher	06 31 11 82 22
Jean-Claude Simion	06 85 83 48 24
Jean-Marc Heymes	06 60 19 40 20
Michel Augias	06 51 84 24 60
Gérard Ulmer	06 34 69 20 03
Bruno Evrard	06 23 85 06 36

Dates à retenir

Les rois : vendredi 16 janvier, salle Jean Natte

CA et réunion animateurs : mardi 17 mars, 16h



Départ du parking du Lidl

Parcours *facile **moyen ***difficile

Covoiturage : le montant de la contribution individuelle est noté dans la deuxième colonne après l'heure de départ. Les frais éventuels de péage et de parking ne sont pas mentionnés ici mais devront être ajoutés et partagés.

Janvier 2026

Mercredi 7	La Portanière, Piegros (casse-croûte)	10h	3 €	7 km	200 m	**	Noël
Dimanche 11	La Garde-Freinet, la crèche (sur inscr)	8h30	8 €				Jean-Marc
Mercredi 14	Camps la source	13h30	5 €	7 km	300 m	**	Jean-Claude S
Dimanche 18	Signes, la grotte de Manon	8h30	6 €	13 km	350 m	**	Jean-Claude P
Mercredi 21	La Navarre, oppidum de la Bouisse (casse-croûte)	10h	1 €	9 km	320 m	**	Gérard
Dimanche 25	Sainte Anne d'Evenos, tête du vicaire	8h30	6 €	11 km	300 m	**	Noël
Mercredi 28	Plan de La Garde	13h30	2 €	7 km	-	*	Michel

Février 2026

Dimanche 1	Collobrières, chartreuse de La Verne	8h30	4 €	10 km	580 m	***	Gérard
Dimanche 1	Néoules, clos d'Arbec	8h30	4 €	10 km	350 m	**	Bruno
Mercredi 4	La Londe, N-D des Maures (casse-croûte)	10h	3 €	8 km	300 m	**	Jean-Claude P
Dimanche 8	L'Almanarre, N-D Consolation	8h30	2 €	13 km	300 m	**	Michel
Mercredi 11	La Valette, Baudouvin	13h30	2 €	6 km	290 m	**	Jean-Marc
Dimanche 15	Siou-Blanc, chemin du souvenir	8h30	5 €	12 km	400 m	**	Noël
Mercredi 18	Rocbaron, les Rossignols (casse-croûte)	10h	2 €	8 km	300 m	**	Bruno
Dimanche 22	Puget-Ville Rocbaron	8h30	3 €	12 km	400 m	**	Jean-Claude P
Mercredi 25	Giens (casse-croûte)	10h	3 €	7 km	200 m	**	Jean-François

Mars 2026

Dimanche 1	La Roquebrussanne, vallon des cerisiers	8h30	4 €	11 km	400 m	**	Bruno
Mercredi 4	Le Revest, grottes de sable (casse-croûte)	10h	3 €	8 km	200 m	**	Gérard
Dimanche 8	Le Thoronet, lac de Carcès	8h	5 €	15 km	550 m	***	Jean-Marc
Dimanche 8	Le Thoronet, lac de Carcès	8h	5 €	12 km	400 m	**	Jean-Claude P
Mercredi 11	La Maunière	13h30	2 €	6 km	200 m	*	Michel
Dimanche 15	Pierrefeu, col du Crapaud	8h30	2 €	11 km	300 m	**	Jean-Claude S
Mercredi 18	La Môle, Sainte Madeleine (casse-croûte)	10h	4 €	8 km	280 m	**	Jean-Claude P
Dimanche 22	Saint-Paul, lac de Méaulx	8h	7 €	10 km	250 m	**	Noël
Mercredi 25	Collobrières (+ resto sur inscr)	8h30	3 €	6 km	250 m	**	Jean-Claude P
Dimanche 29	La Croix-Valmers, Cap Lardier et Cap Taillat	8h	10 €	15 km	450 m	***	Gérard