

LES RANDONNEURS SANARYENS

76 Chemin de la Milhière 83110 SANARY/MER

Tél : 04 98 00 04 28

Email : randonneurssanaryens@free.fr

Site : lesrandonneurssanaryens.e-monsite.com

Permanences : septembre/décembre : 9h30-11h00, jeudi et samedi
janvier/juin : 9h30-11h00, samedi



PROGRAMME DE MAI 2018

Les inscriptions sont prises de 9H00 à 12H00 et de 18H00 à 20H00.
Les messages laissés sur répondeur ne sont pas pris en compte.
Une demi-heure avant l'heure de départ, l'animateur responsable de la randonnée peut être joint au 06 87 18 22 30.
Les chaussures de randonnée sont obligatoires.

En cas de force majeure (météo, massifs fermés...) la randonnée peut être reportée ou déplacée sur un autre site ; vous serez informés par mail ou téléphone, la veille de la randonnée à partir de 19H30.

Nouveau: Jeudi 14 juin, participez à la première "rando-resto" des Randonneurs Sanaryens ouverte à tous. Voir détail et modalités d'inscription au verso.

Mercredi 02 Mai	10H20 - PLAGES - BANDOL EN VP	MAC PLAGES DU VALLAT - BANDOL (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot 0000		<u>A. EHRE</u>
Notes : pas d'inscription		
Inscriptions : EHRE Roland au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mardi 08 Mai	14H00 - PLAGES - SANARY/MER EN VP	MAC PLAGES DU LIDO - SANARY (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot		<u>A. EHRE</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN 0		<u>R. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Roland au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mercredi 09 Mai	10H20 - PLAGES - SANARY/MER EN VP	MAC PLAGES DU VALLAT - BANDOL (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot 0000		<u>R. EHRE</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN		<u>A. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Agnès au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mardi 15 Mai	13H45 - PLAGES - SANARY/MER EN VP	MAC PLAGES DU LIDO - SANARY (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot		<u>A. CROS</u>
Inscriptions : CROS Annick au 04 94 74 00 73 à partir du		
Mardi 22 Mai	13H45 - PLAGES - SANARY/MER EN VP	MAC PLAGES DU LIDO - SANARY (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot		<u>A. EHRE, A. CROS</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN 0		<u>R. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Roland au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mercredi 23 Mai	10H20 - PLAGES - BANDOL EN VP	MAC PLAGES DU VALLAT - BANDOL (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot 0000		<u>A. EHRE</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN		<u>R. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Roland au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mardi 29 Mai	13H45 - PLAGES - SANARY/MER EN VP	MAC PLAGES DU LIDO - SANARY (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot		<u>R. EHRE, A. CROS</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN 0		<u>A. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Agnès au 04 94 88 15 58 à partir du		
Mercredi 30 Mai	10H20 - PLAGES - BANDOL EN VP	MAC PLAGES DU VALLAT - BANDOL (83)
1 km +0 m -0 m 01H00 IGN ot 0000		<u>R. EHRE</u>
2 km +0 m -0 m 01H00 IGN		<u>A. EHRE</u>
Inscriptions : EHRE Agnès au 04 94 88 15 58 à partir du		

INFORMATIONS MAI 2018

RANDO - RESTO JEUDI 14 JUIN 2018

Départ 8h00 de la Buge en car:

Sortie inédite comprenant une randonnée ouverte à tous proposée par Claude Durand et suivie d'un sympathique repas.

Randonnée : l'Entour des Maures, 9km le long de l'Argens, dénivelé positif : 150m, négatif : 111m

Repas à la Ferme du Rabinon au Muy comprenant:

- Apéritif accompagné de rillettes et jambon
- Porcelet à la broche
- Sorbet
- Vins rouge et rosé
- Café

Prix : 50 € - Inscription téléphonique auprès de Guy Desestreit au 06 89 83 18 42 le mardi 22 mai aux horaires habituels.

Règlement par chèque à l'ordre des Randonneurs Sanaryens, à envoyer ou à déposer à la Randonnière au plus tard le samedi 26 mai
Annulation non remboursable après le 4 juin.






Nous vous attendons nombreux.

PROCHAINE REUNION DES ANIMATEURS

Le vendredi 11 mai 2018 à 17h15 salle polyvalente, avenue du stade - Sanary/Mer pour valider le mois de juin et faire les prévisions de septembre et début octobre 2018.

PROCHAIN PROGRAMME

Le 28 mai 2018 sur lesrandonneurssanaryens.e-monsite.com, à la médiathèque, à l'office de tourisme de Sanary/Mer, à l'accueil espace vie associative et au pavillon du tourisme de Six Fours.

Classification	Distance	Dénivelé cumulé
	18 km et +	900 m et +
	14 à 18 km	600 à 900 m
	12 à 15 km	400 à 600 m
	10 à 14 km	300 à 400 m
	5 à 10 km	0 à 300 m