

RANDOS SEPTEMBRE/OCTOBRE 2026

LES DEPARTS SONT FIXES A 8H AU PARKING HABITUEL DE LA MAIRIE

Septembre

Di 6 : Hélène, départ Gilette (33€/v, 55mn), la **clue de l'Estéron par le Pont de la Cérise**, 670m, 5h, 14km) - M

Ma 8 : Julia, départ Cimetière de la Sine (12€/v, env. 35mn), dans les **Bois de la Sine**, 200m, 3h, 10km – F

Di 13 à **7h30** : Julia, départ Puget Théniers (56€/v, 1h30), le Train des Pignes de 9h23 de Puget à Entrevaux, retour par la **Crête d'Aurafort**, 900m, 5h, 12km – S

Ma 15 : Hélène, départ la citerne sur la route de Gourdon (8€/v, 20mn), vers **l'Embarnier**, 430m, 3h30, 11km – M

Di 20 : René, départ Tourettes, **P** est (12€/v, 45mn), **Puy de Naouri**, 600m, 4h30, 12km – M

Ma 22 : Hélène, départ **P** du Karting sur la D3, **Plateau de la Sarré et St. Christophe**, 400m, 3h30, 10,5km – M

Sa 26 : René, départ Valderoure (27€/v, 1h), **Cime de Bauroux** en boucle, retour par le GR 510, 700m, 4h30, 12,5km – M+

Ma 29 : Julia, départ balise 175 en direction de Gréolières (16€/v, env. 40mn), **Bois de Garavagne**, 430m, 3h30, 11km – M

Me 30 et Je 1 Oct : Julia, départ Roure (60€/v, 1h45) **2 jours avec nuit en refuge** <https://www.refugedelongon.fr/>

J 1, **Refuge de Longon** par la vallée +585m/-70m, 3h, 6,5km – M
(EN OPTION pour les plus courageux, le **Mont Gravières** en A/R, 400m, 2h, 8km)

J 2, départ refuge de Longon, **Mont Autcellier** et descente à la voiture par la piste forestière, +320m/-835m, 4h, 10km - M

Octobre

Di 4 : Hélène, départ Canaux (20€, 50mn), la **Montagne de Thiey**, 475m, 4h, 11km – M

Ma 6 : René, départ le Caire à Tourettes (21€/v, 55mn), **Puy de Tourettes et épave d'avion**, 500m, 3h30, 8km – M+

Di 11 : Sophia (7€/v, 15mn), Critérium **VALLIS BONA** – F, M, et Marche Nordique
Inscription sur Xoyondo pour le covoiturage et sur <https://www.vsa-montagne.fr/> moyennant paiement d'une dizaine d'€

Ma 13 : René, départ Domaine des Courmettes (17,5€/v, 45mn), **Pic de Courmettes par Le Vieux Chêne**, 400m, 2h30, 6km – M+

Di 18 : Hélène, départ Revest-les-Roches (37€/v, 1h), le **Mont Vial** avec retour par Toudon, 930m, 6h30, 15km - S

Ma 20 : Julia, départ Maure Vieil (20€/v, 45mn), le **Mont St. Martin**, 300m, 3h30, 8,5km – F

Di 25 : départ gare de Théoule (20€/v, env. 45Mn/retour via TER depuis Le Trayas), les **Corniches de l'Estérel**, 680m, 4h30, 11km – M

Ma 27 : René, départ la Sarrée (7€/v, 15mn), **Domaine de la Malle** en boucle, 400m, 4h, 12km, - M, RETOUR VERS 13h30

Sa 31 : Julia, départ Tourrette-Levens (17,5€/v, 50mn), **Mont Macaron**, 693m, 6h, 15km – M+

Novembre

Ma 3 : Julia, départ Gourdon (12€/v, env. 45mn), plateau de **Cavillone**, 350m, 3h, 8,7Kms – M