



Programme des randonnées de Septembre à Décembre 2024

Les heures habituelles de départ en bus sont à 8h à la gare routière, 8h10 au rond point de l'autoroute, 8h20 à La Peyrière (ou 7h30, 7h40 et 7h50 suivant randos signalées)

Recommandations : Ne pas stationner sur les parkings des commerces et des résidences , Attacher la ceinture de sécurité dans les bus. **Précisions:** distances et dénivelées données à titre indicatif, les détails sont diffusés chaque semaine sur www.randonnees.bandol.com

F.F.R.P.929

DATE	N°	TITRE	PARCOURS 1	PARCOURS 2	PARCOURS 3
V 27 sept			Randonnée annulée		
V 04 oct			Randonnée annulée		
V 11 oct	S145	La Roquebrussanne - Méounes 3345 OT	D64, cote 400 - Vallon des cerisiers - cote 530 - cote 594 - cote 717 - Panneau La verrerie - GR99 - Le Négadis - Le Jas du Mûrier - ET29 - cote 682 - ET17 - cote 687 - cote 700 - cote 649 - cote 535 - ruines, cote 459 - Agnis - cote 416 - vigne Groussière - Carrefour D554 - Méounes - 18Km - dénivel. 470m	La Roquebrussanne - La Mounette, cote 354 - cote 434 - cote 613 - cote 646 - cote 682 - ET17 - cote 687 - cote 700 - cote 649 - cote 535 - ruines, cote 459 - Agnis - cote 416 - vigne Groussière - Carrefour D554 - Station de pomp. - Méounes - 14Km - Déniv. 335m	La Bastide Blanche - GR99 - Le Lac - Parc aventure - Agnis - cote 416 - vigne Groussière - Carrefour D554 - Station de pomp. - Méounes 11 km - déniv 270m
V 18 oct 8 H	C 138	La Côte Bleue 3144 OT	Centrale Martigues-Ponteau - Bonnieu - Carro - Cap Couronne- Ste Croix- port des Tamaris- Sausset les Pins - Carry le Rouet. 21 Km.	Centrale Martigues-Ponteau - Bonnieu - Carro - Cap Couronne- Ste Croix- port des Tamaris- Sausset les Pins. 16 Km.	Centrale Martigues-Ponteau - Bonnieu- Carro- Cap Couronne- Sausset les Pins. 11 Km - dénivel. 100 m
V 25 oct	M 35	La Barre de Saint Quinis 3445 OT	Flassans D13 (puits) Le Pérégrinage - Cote 231 - Vallon de Roudan - Cote 439 - Oratoire - Cote 503 - Le Défens - Chapelle Saint Quinis - Cotes 420, 389 - Peiro Countan La Rouge Besse/Issole (collège). 19 km- dénivel.670m	Flassans D13 (puits) La Bastidette- Pératier-La Lèque-Cote 439 -Oratoire (389) Chapelle Saint Quinis -Cotes 420, 389 -Peiro Countan-La Rouge-Besse sur Issole(collège). 15 km- dénivel. 590m	Flassans D13 (puits) La Bastidette- Pératier-La Lèque-Cote 439 -446 -La Rouge-Besse sur Issole(collège). 11 km 260 m dénivel.
V 1 er nov	S 26	Le Plateau du Siou Blanc 3345OT-3346OT Bus ou covoiturage selon nombre participants	Le Broussan - Cote 310 - ET 7 jaune - La Barralière - Abîme des Morts Tracé bleu 1 - Borne 825 - GR99 - Domaine de La Limatte - Signes. 20 Km Déniv. 630m	Le Broussan - Cote 310 - ET 7 jaune - cote 342 - Maison du Garde - cote 384 - 481 - 588- La Daumasse - cote 590 - 635 - 626 - Vallon des Croupatières - Signes. 18 Km Déniv. 510m	Le Broussan - Cote 310 - ET 7 jaune - cote 342 - cote 368 - 375 - 394 - Faisses de Montrieux 583 - cote 585 - puits d'Enves - Les 4 chemins - Puis car jusqu'à Signes. 12 Km - dénivel. 410m

DATE	N°	TITRE	PARCOURS 1	PARCOURS 2	PARCOURS 3
V 08 nov	A 123	Les Crêtes de La Ciotat 3245 ET	Pas de Belle Fille - GR 51 et 98 - Couronne de Charlemagne - Baou de la Soupe - Les crêtes de La Ciotat - Le Sémaphore - Sainte-Croix - La Ciotat. 17 km - dénivel. 650m	Pas de Belle Fille - GR 51 et 98 - Couronne de Charlemagne - Baou de la Soupe - Les crêtes de La Ciotat - La Grande Tête - Le Sémaphore - Sainte-Croix - La Ciotat. 13 km - dénivel. 500m Groupe 2C: Pas de la Colle - Les crêtes de La Ciotat - La Grande Tête - Le Sémaphore	Belvédère des Calanques - La grande Tête - La Ciotat. 10 km - dénivel. 260 m. ou 8,3km - 140m
V 15 nov	S148	Le Mont Caume Sud 3346OT	Le Broussan-Les Serres-cote 272-300-Le Croupatier-GR51-Col du corps de Garde-cote520-589-711-572-403-302-GR51-Le Haut Ray-Les Baumettes-GR99-Le Revest. 16,5km dénivel. 810m	Le Broussan-Vallon du Corps de Garde-Col du corps de Garde-cote 520-589-711-572-504-GR51-cote 320--Le Haut Ray-Les Baumettes-GR99-Le Revest. 13km dénivel. 590m Groupe 2C: 11,7km dénivel. 580m	Le Broussan-Vallon du Corps de Garde-Col du corps de Garde-GR51-Le Haut Ray-Les Baumettes-GR99-Le Revest. 9km dénivel. 270m
V 22 nov	N 54	Tourves-La Chapelle St Probace 3345 OT	Tourves - Chapelle Notre-Dame - Moulin du Caramy - Pont romain de Cassède-Chapelle Saint Probace-Le Claou de M. Aubert-Les Cros Davis-Chapelle St Jean - Rougiers. 17 km-dénivel. 600m	Tourves - Chapelle Saint Probace - Le Claou de M. Aubert - Les Cros Davis - Chapelle St Jean - Rougiers. 13 km- dénivel. 480m	D 64-Le Claou de M. Aubert - 504 - 518 - Les Cros Davis-509 - 555- Chapelle St Jean - 555 - Rougiers. 10 km - dénivel. 210 m ou 8,5km - 210m
V 29 nov	B 30	La Ste Baume La Grotte 3345 OT	Hostellerie GR9 - Grotte Ste Marie-Madeleine - Col du Saint Pilon - Jouc de l'Aigle - Signal des Béguines-Pas de l'Aï -Tracé jaune 47 - Hostellerie. 17Km - Déniv.620m	D95-Cote 711-Le vieux hêtre-Baou de St Cassien-Le Paradis-Pas de l'Aï-Signal des Béguines-Col du Saint Pilon-Grotte Ste Marie Madeleine-Hostellerie. 14 Km - dénivel. 570m	D95-Cote 711-Le vieux hêtre-Excursionnistes Toulon-Oratoire-Grotte--Hostellerie. 10 Km - 240 m dénivel.
V 06 dec	S 74	Les Barres de Cuers 3345 OT	Méounes-Tracé bleu 3 -Cotes 397- 499- 520 - 585-550-595-Le Pilon Saint Clément-Pas de Cuers -GR 9 ou GR 51-Pas de Truebis-Belgentier. 18 km Den, 700 m	Méounes - Tracé bleu 3 - Cotes 397, 499, 520 - Pas de Cuers - GR 9 - GR 51 - Pas de Truèbis-Belgentier. 14 km Den, 500 m	Méounes - Tracé bleu 3 - Cotes 397-Verrerie-Pas de Truèbis-Belgentier. 11 km, Den, 400 m,
V 13 dec	S120	Le Coudon 3346 OT	Barrage Le Revest - GR 51 - Les olivières - Touris - Le Coudon - le petit Coudon - Bau rouge - Solliès-ville. 16 km - dénivel. 865m	Le Goudron - cote 347-GR 51 - Le Coudon - le petit Coudon-Bau rouge - Solliès-ville. 12 km dénivel. 640m	Le Goudron - La vieille Valette - Les Selves - Solliès-ville. 7 km - dénivel.190 m ou 7,2Km dénivel 330m
V 20 dec	A 126	Le Garlaban sortie nougât 3245 ET	La Treille - Cote 190 - Vallon du Passe Temps - Grotte de Manon - Col du Garlaban - Croix du Garlaban - Plan de l' Aigue - Puits du Murier - Baume Sourne - Pic du Taoumé -Grotte du Grosibou Grande Tête Rouge - Allauch. 16 km - dénivel. 910m	La Treille - Cote 190 - Vallon du Passe Temps - Grotte de Manon-Col du Garlaban-Croix du Garlaban-Plan de l' Aigue-Puits du Murier-Baume Sourne -Pic du Taoumé -Grotte du Grosibou -Source du chien-Col de Cante perdrix - Allauch. 15 km - dénivel. 820m Groupe 2C - La Treille - Cote 190-Le vallon du passe-temps-Baume Sourne -Pic du Taoumé -Grotte du Grosibou -Source du chien-Col de Cante perdrix - Allauch - 11Km Déniv. 630m	Groupe 3: La Treille - Martellène - cote 324 - Source du chien - cote 452 -col de Cante Perdrix - Jas de Moulé - Allauch. 8 km - dénivel. 400 m Bonnes Fêtes à tous et à l'an qué ven