Programme publié 15 jours avant la date du bimestre. Les activités peuvent changer en fonction des conditions météo et de la disponibilité des animateurs. Consulter le calendrier du site internet ou à défaut les animateurs en cas de besoin.

Date	Heure début	Titre	Trajet voiture A/R	Niveau - dist - déniv	cotation	durée	Description
lun.4 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.5 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.5 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.5 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.7 janv.	00:00	Rando pédestre à PLAN D'AUPS – niveau E3 – JJ CAS	120 km	IBP60 / 14km - 500m	E3T4R3	4h30	PLAN D AUPS - col st Pilon jouc de l'aigle vues exceptionnelles sentier merveilleux.
jeu.7 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.7 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.8 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.10 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E4 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.10 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.10 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.11 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.12 janv.	09:30	Rando pédestre à LA LONDE– niveau E1 – Alain Cos	20 km	IBP25 / 11km - 20m	E1T1R1	04h00	LA LONDE - Départ du parking Intermarché. Sentier des Annamites, Les Bormettes, Miramar, chemin de la Garenne. Aucune difficulté. IGN 3446OT
mar.12 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.12 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.14 janv.	08:00	Rando pédestre à SIGNES – niveau E3 – DAVID L DANIEL D	73 km	IBP60 / 15km - 450 m	E3T2R2	05h00	SIGNES - JAS DES MURIERS - RAGAGES DU MARQUIS - BERGERIE DES MAIGRES - BAU DE SEREIN - LE MASQUE AZTEQUE - carte IGN 3345OT - SECURITE : chaussure de randonnée - bâtons conseillés.
jeu.14 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.14 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.15 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.17 janv.	08:00	Rando pédestre à LA MOLE (rando GALETTES DES ROIS) – niveau E4 – JEAN MARC G GERARD S	70 km	IBP85 / 20km - 850m	E4T4R3	06h00	RANDO GALETTES AU COL DU CANADEL. LA MOLE et son parc-sommet des Pradels-col du Canadel - Biscare - Murène. Le matin, LONGUE MONTEE AVEC 500M DE DENIVELÉ.

Programme publié 15 jours avant la date du bimestre. Les activités peuvent changer en fonction des conditions météo et de la disponibilité des animateurs. Consulter le calendrier du site internet ou à défaut les animateurs en cas de besoin.							
Date	**Heure début**	**Titre**	**Trajet voiture A/R**	**Niveau - dist - déniv**	**cotation**	**durée**	**Description**
dim.17 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE (rando GALETTES DES ROIS)– niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.17 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE (rando GALETTES DES ROIS) – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.18 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.19 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.21 janv.	08:30	Rando pédestre au REVEST LES EAUX – niveau E3 – MARC G & THIERRY F	60 km	IBP64 / 11,5km - 600m	E3T4R4	05h30	LE REVEST LES EAUX - Boucle sur le Bau de Quatre Aures et le Croupatier - carte IGN 3346OT- Attention montée raide par le couloir du Pas de la Cavale avec des pistes très caillouteuses et des zones de lapiaz - Bâtons et chaussures MID fortement recommandés - Randonnée sur inscription par SMS au 07 77 76 22 91.
jeu.21 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.22 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.24 janv.	00:00	Rando pédestre à ROCBARON – niveau E3 – JJ CAS	70 km	IBP60 / 15km - 450m	E3T3R3	004h30	ROCBARON col de la bigue - chapelle st Sauveur - vues diverses chapelle ste Philomene.
dim.24 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.24 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E4 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.25 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.26 janv.	13:00	Rando 1/2J à LA LONDE– niveau E2 – Alain Cos	20 km	IBP33 / 8 km - 250m	E2T2R2	03h00	LA LONDE - départ de ND des Maures. Signal du Favanquet, dolmen de Gaoutabry, retour par la Cabre. IGN 3446OT
mar.26 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.26 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.28 janv.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.28 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.28 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.29 janv.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	

Programme publié 15 jours avant la date du bimestre. Les activités peuvent changer en fonction des conditions météo et de la disponibilité des animateurs. Consulter le calendrier du site internet ou à défaut les animateurs en cas de besoin.

Date	Heure début	Titre	Trajet voiture A/R	Niveau - dist - déniv	cotation	durée	Description
dim.31 janv.	08:00	Rando pédestre à BORMES – niveau E5 – GERARD S JEAN MARC G	50 km	IBP90 / 21km - 700m	E5T4R4	06h30	BORMES - Barjean , Vallon du Mistral, col de Landon, aire Prunière, col de POMMIER. ALLURE SOUTENUE
dim.31 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.31 janv.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.1 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.2 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.2 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.2 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.4 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.4 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.4 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.5 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.7 févr.	00:00	Rando pédestre à TOURVES – niveau E3 – JJ CAS	100 km	IBP55 / 10km - 350m	E3T4R3	04h00	TOURVES - Chapelle st Probace montée raide gorges du Caramy - ferme de Rimbert - tuf et pont antique.
dim.7 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.7 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E4 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.8 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.9 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.9 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.9 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.11 févr.	08:30	Rando pédestre à BORMES – niveau E3 – MARC G & THIERRY F	40 km	IBP54 / 17,5km - 320m	E3T3R3	05h30	BORMES LES MIMOSAS - du barrage du Trapan à la mer avec belles vues à 360 degrés - carte IGN 3446ET- Bâtons et chaussures MID fortement recommandés - Randonnée sur inscription par SMS au 07 77 76 22 91
jeu.11 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	

Programme publié 15 jours avant la date du bimestre. Les activités peuvent changer en fonction des conditions météo et de la disponibilité des animateurs. Consulter le calendrier du site internet ou à défaut les animateurs en cas de besoin.

Date	Heure début	Titre	Trajet voiture A/R	Niveau - dist - déniv	cotation	durée	Description
jeu.11 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.12 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.14 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E4 – DIDIER P	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.14 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.14 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.15 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.16 févr.	08:00	Rando pédestre à CABASSE – niveau E3 – Alain Cos	102 km	IBP56 / 11km - 500m	E3T3R3	05h00	CABASSE. le dolmen de la gastee, montée raide à ND du glaive, le trou des fées, descente un peu vertigineuse sur l Issole. Batons recommandés. IGN 3444OT
mar.16 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.16 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.18 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.18 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.18 févr.	00:00	Rando pédestre à LE VAL – niveau E3 – JJ CAS	120 km	IBP64 / 13km - 500m	E3T4R3	4h30	LE VAL ermitage chapelle ste Blaise - table orientation - vues extra jardin botanique - montée raide au mont Cuit.
ven.19 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.21 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.21 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.21 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E4 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
lun.22 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.23 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.23 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
mar.23 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – Alain COS	xx km		E2T2R2	00h00	COMMUNE de Départ - nom des points de passage remarquable - carte IGN - recommandations diverses - ce dont vous avez besoin - sans gras, italique ni retour à la ligne. merci.
jeu.25 févr.	00:00	Rando 1/2J à COMMUNE – niveau E1 ou E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	

Programme publié 15 jours avant la date du bimestre. Les activités peuvent changer en fonction des conditions météo et de la disponibilité des animateurs. Consulter le calendrier du site internet ou à défaut les animateurs en cas de besoin.							
Date	**Heure début**	**Titre**	**Trajet voiture A/R**	**Niveau - dist - déniv**	**cotation**	**durée**	**Description**
jeu.25 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
jeu.25 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
ven.26 févr.	00:00	Rando santé à COMMUNE – niveau Ex – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.28 févr.	08:00	Rando pédestre à BORMES – niveau E4 – GERARD S JEAN MARC G	50 km	IBP 85 / 19km - 800m	E4T3R4	06h00	BORMES LES MIMOSAS - Pont des Caunes - Laquina - Lambert - Faucon.
dim.28 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E2 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	
dim.28 févr.	00:00	Rando pédestre à COMMUNE – niveau E3 – ANIMATEUR(S)	xx km	IBPxx / xxkm - 0000m	ExTxRx	00h00	