



SCMS Randonnée Montagne

Siège social : Hôtel de Ville, Maison des Associations 06370 MOUANS-SARTOUX



Site web: <http://mouans-sartoux-randonnee-montagne.asso.fr>

Contact nouveaux adhérents: Huguette Peiti

e-mail : huguette.pt.randos06@gmail.com **tél:** 06 31 46 22 97

Inscriptions sur la liste de diffusion : fauvetal@hotmail.fr

Programme randonnées de Mars à Août 2025

Activités du club :

Le club est ouvert à tous:

Randonneurs, marcheurs nordiques et alpinistes, débutants ou aguerris, enfants accompagnés à partir de 5 à 6 ans, familles, seniors sans limite d'âge, personnes en retour à la marche avec des problèmes de santé.

Six activités sont proposées dont cinq affiliées à la FFRP et une à la FFME :

Myosotis	Randonnée douce adaptée aux problèmes de santé, jeudis ou dimanches
Pâquerette	Randonnée tous publics, familles, dénivelé 0 à 500m, distance 8 à 12km
Primevère	Randonnée dénivelé 500 à 800m, distance 12 à 20 km
Gentiane	Randonnée sportive dénivelé 800 à 1300m ou plus, distance 12 à 20 km
Edelweiss	Randonnée alpine de haut niveau et alpinisme (FFME)
Marche Nordique	Marche Nordique durée totale 2h30, les mercredis et samedis matin

Pour la marche nordique et la randonnée alpine Edelweiss se reporter au site (prochaines randonnées et prochaines marches nordiques)

Inscriptions aux randonnées

L'inscription aux randonnées se fait par texto auprès de l'animateur pour :

- les randonnées, le **mercredi** pour celles du **week-end**, le **lundi** pour celles du **jeudi**,
- la Marche Nordique, le jour précédent la sortie.



Bureau et Animateurs réguliers

Sylvie BEAUCHET vice-présidente, inscriptions FFME sylviebeauchet@hotmail.com	06 62 78 42 00	Sylvie LANGER (B. FFRP M.N.) s.langer@free.fr	04 93 12 13 37 06 11 69 00 75
Geneviève BOËLE (B. FFRP/FFME) vice-présidente genevieveboele@gmail.com	04 93 42 45 01 06 64 35 57 46	Gilles LIBERTI (B. FFRP/FFME)	06 84 17 09 45
Madeleine BONET (B. FFRP) rando.madeleine@gmail.com	06 86 88 14 33	Marc HUMBERT (B.FFRP) marc.humbert0818@orange.fr	07 87 10 22 46
Gérard BOUHOURS (B. FFRP) trésorier gerard.bouhours@sfr.fr	06 68 36 38 03	Jean Luc MESPOULET jl-mespoulet@orange.fr	06 84 75 31 75
Martine BOUVIER (B. FFRP) martinebouvier91@gmail.com	06 42 16 54 49	Gisèle De MONTETY (B.FFRP) demontety.gisele@wanadoo.fr	06 82 81 84 61
Patrick BURET (B. FFRP) buret.patrick@wanadoo.fr	06 60 42 99 65	Michel OLIVIERI secrétaire michelolivieri06@gmail.com	06 85 96 10 82
Daniel COQUIN (B. FFRP) dan06220@gmail.com	06 09 90 41 66	Christian PEITI (B. FFRP M.N.) peiti.christian@neuf.fr	06 08 54 27 51
Jacques DROUIN secrétaire adjoint jacquesdrouin@sfr.fr	04 89 68 47 67 06 18 32 15 94	Huguette PEITI (B. FFRP) huguette.pt.randos06@gmail.com	06 31 46 22 97
Alain FAUVET (B. FFRP) président fauvetal@hotmail.fr	06 07 89 90 33	Françoise WEIBEL (B. FFRP M.N.) francoiseweibel371@gmail.com	07 60 48 40 71
Thierry De GOUVENAIN (B. FFRP) formateur ffrp thierry.degouvenain@gmail.com	04 93 36 97 03	Jean-Paul WEIBEL (B. FFRP M.N.) jeanpaulweibel@free.fr	04 93 60 10 82 06 99 39 82 62

Animateurs occasionnels

Robert GARGUILO garguilo.robert@orange.fr	06 11 79 33 18	Pierre PIC pierre.pic@laposte.net	06 03 57 29 00
Yves HUGUES (B. FFRP/FFME) yves.hugues14@gmail.com	06 79 16 29 13	Jean-Claude REPETTO (B. FFRP) jrepetto@free.fr	06 06 63 76 86
Stéphane LILLO slillogenice@gmail.com	06 01 81 95 94		

Réunions

Les **réunions**, ouvertes à tous, se tiennent le mercredi à 18h30 une semaine sur deux, salle de réunion du Centre Sportif Municipal René Friard à côté de Mouans-Sartoux Informations (* en juillet-août salle du Sagittaire 34 allée des roses):

5 mars 2025	19 mars 2025	2 avril 2025	16 avril 2025
30 avril 2025	14 mai 2025	28 mai 2025	11 juin 2025
25 juin 2025	9 juillet 2025 *	23 juillet 2025 *	6 août 2025 *

Randonnées de début Mars à fin Août 2025

	départ Mouans		trajet aller km (1)	Randonnées						Animateur
	jour	heure		Désignation	lieu de départ	km	déniv	alt max	carte IGN	
Pâ	2-mars	8h30	12	Le Peygros	Auribeau	12	410	408	3643 ET	Huguette PEITI
Pr	2-mars	8h	43	Tour du Mont Chauve	Aire Saint-Michel	14	670	746	3742 OT	Jacques DROUIN
Ge	2-mars	7h30	74	Circuit du Cuore	Sospel	18	800	1095	3741 ET	Geneviève BOELE
MYJ	6-mars	9h	11	L'Apier - Auribeau - 06	Chemin de l'Apié	8	250	280	3543 ET	Madeleine BONET
PâJ	6-mars	8h30	30	Loubière	Colle s/Loup	10	300	168	3643 ET	Huguette PEITI
PrJ	6-mars	8h	33	Baous de la Gaude et de Saint-Jeannet	St Jeannet	15	700	802	3642 ET	Geneviève BOËLE
GeJ	6-mars	7h	73	Tour du Mont Robion	Le petit Robion	15	800	1358	3542 OT	Patrick BURET
MY	9-mars	9h30	25	ND de la Garoupe	Plage de la Salis	7,5	100	100	3643 ET	Gisèle de MONTETY
Pâ	9-mars	8h30	40	St Valentin	Col de Vence	10	320	927	3643 ET	Huguette PEITI
Pr	9-mars	8h	54	Pont Madame	Col de Clavel	15	450	1305	3543 OT	Gérard BOUHOURS
Ge	9-mars	7h	80	Trigance Rougon	Trigance	18	800	1114	3442 OT	Jean-Luc MESPOULET
MYJ	13-mars	8h30	44	Combe de l'Aigre	Saint-Barnabé	7,5	170	1025	3642 ET	Jacques DROUIN
PâJ	13-mars	9h	35	Barrage de Malpasset - Fréjus 83	D37 P avt le gué	8	150	140	3544 ET	Madeleine BONET
PrJ	13-mars	8h	28	Baou Mourine au départ du vallon de la Siagne	St Vallier	13	600	1152	3543 ET	Marc HUMBERT
GeJ	13-mars	7h30	76	Tour du Mont Ragias	Villars-sur-Var	15	800	1104	3641 ET	Patrick BURET
MY	16-mars	9h	27	Plateau d'Anthéor par Saint Barthélémy	Pointe de l'Observatoire	8	210	176	3544 ET	Alain FAUVET
Pr	16-mars	8h	55	Le Castel de Saint Blaise	Levens	13	600	600	3742 OT	Michel OLIVIERI
Ge	16-mars	7h30	55	Le Mont Lion	Gilette	15	900	1050	3642 ET	Martine BOUVIER
PrJ	20-mars	8h	43	Le tour des Fraisses du Malien	Col de Vence	17	500	1031	3642 ET	Geneviève BOËLE
GeJ	20-mars	8h	82	Cime de la Cacia	Sigale	15,5	900	1026	3542 ET	Patrick BURET
MY	23-mars	9h	82	Lac des Escarcets (Est)	Lac des Escarcets	7	100	110	3544/45OT	Thierry de GOUVENAIN
Pâ	23-mars	9 h	28	Circuit du Pey Servier.	Logis de Paris	8,5	310	365	3544 ET	Alain FAUVET
Pr	23-mars	7h30	76	Col de l'Espella	Bairols	14	760	1330	3641 OT	Daniel COQUIN
Ge	23-mars	7h	98	Pigna Orvogno Poggio	Pigna	15	1000	1000	Italie	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	27-mars	9h	19	Le Castellas - Roquefort les Pins 06	Ch. du Debram	9	260	260	3643 ET	Madeleine BONET
PrJ	27-mars	8h	26	L'arche de Ponadieu	Bassins St Césaire	11,5	600	688	3543 ET	Marc HUMBERT
GeJ	27-mars	8h	68	Baisse de l'Arène	Roussillon	16	950	1214	3641 Et	Patrick BURET
MY	30-mars	9h30	15	Ile Ste Marguerite	Pkg des plages	8	50	50	3643 ET	Gisèle de MONTETY
Pâ	30-mars	8h	57	Vallon de la Cassade	Figanières	10	280	537	3543 OT	Gérard BOUHOURS
Pr	30-mars	8h	36	Circuit de Poumeirès	Cipières	12	550	1235	3642 ET	Jacques DROUIN
Ge	30-mars	7h30	99	Baisse d'Anan	Saorge	14	1000	1555	3841 ET	Geneviève BOELE
PâJ	3-avr	9h	31	Bergerie Maubert - Caussols - 06	Pkg. Embut Caussols	9	130	1140	3643 ET	Madeleine BONET
PrJ	3-avr	8h	70	Boucle de la chapelle Saint-Pierre	Soleilhas	15	600	1400	3542 ET	Michel OLIVIERI
GeJ	3-avr	8h	29	Cime du Cheiron Jérusalem	Gréolières Village	16	1000	1778	3542 ET	Patrick BURET
MY	6-avr	8h30	80	Baisse du Pella	Ascros	8	220	1250	3641 OT	Jacques DROUIN
Pâ	6-avr	9h	40	Le Rastel d'Agay	Agay	7	290	290	3544 ET	Gisèle de MONTETY
Pr	6-avr	8h	38	Circuit du Castellaras de Thorenc	Andon, Pont du Loup	14	600	1400	3542 ET	Alain FAUVET
Ge	6-avr	7h	85	Cap Camarat Cap Lardier	Plage de l'Escalet	22	700	200	3545 ET	Jean-Luc MESPOULET
MYJ	10-avr	9h	17	Valllon de Freyrouro - Valbonne - 06	Rte du Parc, 2è P	7	100	220	3643 ET	Madeleine BONET
PâJ	10-avr	8h30	28	Rouyère	St Vallier de Thiey	12	400	705	3643 ET	Huguette PEITI
GeJ	10-avr	8h30	41	Les crêtes de l'Audibergue	Les Galants	16	800	1642	3643 ET	Martine BOUVIER
MY	13-avr	9h	19	Bois d'Amon Dolmen de Colbas	St Césaire/Le Brusquet	8	180	601	3543 ET	Alain FAUVET
Pâ	13-avr	9h30	26	Circuit de l'Esquillon	Col de l'Esquillon	7	150	200	3643 OT	Gisèle de MONTETY
Pr	13-avr	8h	50	Col d'Isnard Colle du Rouet	Piste corbières	14,8	490	453	3544 ET	Gérard BOUHOURS
Ge	13-avr	7h	67	Le Gramondo	Castellar	16	1000	1378	3742 OT	Pierre PIC
MYJ	17-avr	9h	50	Portail du Rouët - Le Muy 83	P.70 sur D47	8	60	81	3644 ET	Madeleine BONET
PâJ	17-avr	8h30	31	Haut Montet	Caussols/Claps	12	330	1340	3542 ET	Huguette PEITI
PrJ	17-avr	8h	68	La Sagne - Le Touyet - Ubraye	La Sagne	12	560	1300	3542 ET	Jacques DROUIN

Randonnées de début Mars à fin Août 2025

	départ Mouans		trajet aller km (1)	Randonnées							Animateur
	jour	heure		Désignation	lieu de départ	km	déniv	alt max	carte IGN		
MY	20-avr	9h	49	Circuit de la Forma	La Turbie	7	220	676	3742 OT	Thierry de GOUVENAIN	
Pâ	20-avr	9h	25	Tour du Pic de l'Ours	Le Trayas gare	8	470	385	3544 ET	Alain FAUVET	
Pr	20-avr	8h	58	Mont Lachens en boucle	La Bastide	14	700	1700	3542 OT	Michel OLIVIERI	
Ge	20-avr	7h	57	Peille et la cime de Baudon	Peillon	19	1000	1266	3742 OT	Pierre PIC	
PâJ	24-avr	9h	45	Gorges du Blavet - D47 - Bagnols en Forêt 83	Pkg des Gorges	9	300	270	3544 ET	Madeleine BONET	
PrJ	24-avr	7h30	25	Les tunnels de Belletrud	Pkg Baume Obscure St Vallier	17	820	957	3543 ET	Marc HUMBERT	
GeJ	24-avr	8h	12	La crête de Rougies et le Haut Montet	Gourdon	18	950	1335	3643 ET	Martine BOUVIER	
Pâ	27-avr	8h30	19	Mont de Théoule et Rocher des Monges	Théoule	11	400	300	3643 ET	Alain FAUVET	
Pr	27-avr	8h	44	Bau de St Jean	Pkg St Barnabé	15	500	1033	3542 ET	Daniel COQUIN	
Ge	27-avr	7h30	81	La crête de Cremon	Barrage de Castillon	16	900	1760	3542 OT	Geneviève BOELE	
MYJ	1-mai	8h30	80	Trigance - Le Verdon	Trigance	8	140	800	3542 OT	Jacques DROUIN	
PâJ	1-mai	8h	44	Puy de Tourrettes	St Barnabé	11	400	973	3643 ET	Huguette PEITI	
PrJ	1-mai	8h	65	Combe Henry-Croix de Verse-Jérusalem	Gréolières 1400	14	600	1768	3642 ET	Geneviève BOËLE	
GeJ	1-mai	7h30	63	Cime du Lautaret et Rocca Sparviera	Duranus	15	900	1308	3741 OT	Martine BOUVIER	
MY	4-mai	9h	83	Circuit du Thoronet	Le Thoronet	6	180	315	3444 OT	Thierry de GOUVENAIN	
Pâ	4-mai	8h00	53	Les 4 vents	Les Issambres	11	350	250	3544 ET	Gérard BOUHOURS	
Pr	4-mai	8h	36	Le Gros Pouch	Cipières	17	600	1264	3643 ET	Alain FAUVET	
Ge	4-mai	7h30	87	Le Mangiabo	Moulinet	16	1050	1821	3741 ET	Geneviève BOELE	
PâJ	8-mai	9h	13	Aqueduc Romain - Super Antibes - Valbonne 06	Ch. des 3 Moulins	8	200	140	3643 ET	Madeleine BONET	
PrJ	06/08 mai			Week-end Lure						Jacques DROUIN	
GeJ	8-mai	7h	83	Crêtes des Traversières Mont Pioulet	Chasteuil	15	900	1743	3542 OT	Jean-Luc MESPOULET	
MY	11-mai	9h	45	Les mares de Palayson	Roquebrune/Argens	8	115	84	3544 OT	Alain FAUVET	
Pr	11-mai	7h30	87	Cime du Simon	Moulinet	10	750	1479	3741 ET	Daniel COQUIN	
Ge	11-mai	7h	97	Puy de Rent	Allons	16	1000	1990	3541 OT	Michel OLIVIERI	
MYJ	15-mai	9h	26	Rando resto Coursegoules	Coursegoules b 150	7	100	1058	3642 ET	Geneviève BOËLE	
PâJ	15-mai	9h	53	L'Ubac de la Barraque - Pivoines - Andon 06	Lac de Thorenc	9	300	1360	3542 ET	Madeleine BONET	
PrJ	15-mai	7h30	22	Bramafan Cipières Gréolières	Bramafan	16	760	835	3642 ET	Marc HUMBERT	
MY	18-mai	8h	138	Ile de Porquerolles	Hyères	8	50	50	3446 OT	Gisèle de MONTETY	
Pâ	18-mai	8h30	57	Circuit du Mont Macaron	Col de Chateauneuf	7	300	806	3742 OT	Alain FAUVET	
Pr	18-mai	8h	57	Col Bas Col Des Portes	La Foux	13,5	650	1705	3542 OT	Gérard BOUHOURS	
Ge	18-mai	7h	104	Larmelle Pibossan	Daluis la Salette	15	1030	1620	3641 OT	Jean-Luc MESPOULET	
PâJ	22-mai	9h	31	L'Aigre - Estérel - Fréjus 83	Col du Testanier	9	250	450	3544 ET	Madeleine BONET	
PrJ	22-mai	8h	26	Rando resto Coursegoules	St Pons	15	600	1200	3642 ET	Geneviève BOËLE	
GeJ	22-mai	7h	92	Tour de la Tête du Lac Autier	Pont du Countet	13	950	2579	3741 OT	Patrick BURET	
Ge	25-mai	7h30	77	Tête de Fracha	Bolenne b198	14	800	1608	3741 OT	Martine BOUVIER	
MYJ	29-mai	8h30	65	Traversée Font de l'Arbre - La Bâtie	Font de l'Arbre	7	150	1165	3542 OT	Jacques DROUIN	
PâJ	29-mai	9h	34	Saint Martin du Serrinier - Montauroux 83	Fondurane	10	300	287	3543 OT	Madeleine BONET	
PrJ	29-mai	7h30	47	Pont de l'Esteron-Bouyon-La Grave	Pont de l'Esteron	16,5	800	640	3642 ET	Marc HUMBERT	
MY	1-juin	9h	63	Bargème	Bargème	6	100	1080	3543 OT	Thierry de GOUVENAIN	
Pâ	1-juin	8h	49	Le Collet du Grand Pré	Gréolières 1400	9	300	1548	3642 ET	Gérard BOUHOURS	
Ge	1-juin	7h30	86	Circuit du Conquet	Venanson	15	800	1776	3741 OT	Geneviève BOELE	
MYJ	5-juin	9h	44	Les forêts de Gréolières-les-Neiges	Gréolières b 198	10	100	1428	3642 ET	Geneviève BOËLE	
PrJ	5-juin	7h	80	Brèche du Mont Saint Martin par Salligriffon	Clues de Sigale	11,5	720	1164	3542 ET	Marc HUMBERT	
GeJ	5-juin	7h	64	Cime du Grand Braus	Lucéram	15	1100	1241	3741 OT	Patrick BURET	
Pr	8-juin	7h30	88	Tour du Lauvet d'Illonse	Col de la Sinne	13	550	1857	3641 OT	Alain FAUVET	
Ge	8-juin	7h30	71	Granges de la Brasque	Pelasque	17	1000	1700	3741 OT	Michel OLIVIERI	

Randonnées de début Mars à fin Août 2025

	départ Mouans		trajet aller km (1)	Randonnées						Animateur
	jour	heure		Désignation	lieu de départ	km	déniv	alt max	carte IGN	
MYJ	12-juin	8h30	48	Vieux Séranon	Caille	8	120	1150	3542 OT	Jacques DROUIN
PâJ	12-juin	9h	18	Source de Nauouq - Gourdon 06	D3 P. après carrière	10	300	985	3643 ET	Madeleine BONET
PrJ	12-juin	7h30	68	Le Teillon	Soleilhas	16	800	1900	3542 ET	Geneviève BOËLE
MY	15-juin	9h	81	Le dolmen de Marencq	Ampus	10	200	665	3443 OT	Thierry de GOUVENAIN
Pâ	15-juin	8h	87	Lac St Grat/Pont du Countet	Vach. Gordolasque	7,5	200	1700	3741OT	Gisèle de MONTETY
Pr	15-juin	7h30	100	Mont Pépoiri	Pkg Veillos	9	650	2674	3641 ET	Jacques DROUIN
Ge	15-juin	7h	109	Le Mont Ferrant	Roya	16	1000	2382	3639 OT	Geneviève BOELE
PâJ	19-juin	8h30	100	Entremuilles et Aups - Andon 06	Le Puits	10	200	1470	3543 ET	Madeleine BONET
PrJ	19-juin	7h	92	Lac de Trecolpas, refuge de Cougourde	Boréon	12	600	2200	3741 OT	Geneviève BOËLE
GeJ	19-juin	7h	86	Le Mont d'Auvare	Puget-Théniers	14	1100	1429	3641 OT	Patrick BURET
MY	22-juin	9h	48	Montagne de Bleine	Col de Bleine	9	160	1500	3642 ET	Alain FAUVET
Pr	22-juin	7h30	98	Mont des Moulines	Beuil	11	730	2083	3640 OT	Daniel COQUIN
Ge	22-juin	7h	91	Baisse de Clari	Pierlas	16	850	1853	3640 OT	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	26-juin	8h30	60	La Clue de Saint Auban 06	D2211 B5 Le Pénas	9	320	1316	3542 ET	Madeleine BONET
PrJ	26-juin	7h		Séjour au Vernet 26 27 28 Juin						Marc HUMBERT
MY	30-juin	8h		Séjour Haute Maurienne 30 juin 5 juillet	Bessans				3623 ET	Jacques DROUIN
Ge	29-juin	7h	94	Dome de Barrot	Auvare	17	1100	2136	3641 OT	Martine BOUVIER
PâJ	3-juil	7h	130	Col des Champs - Colmars 04	Pkg Raterly - D2 - 04	10	400	2045	3540 ET	Madeleine BONET
PrJ	3-juil	7h	87	Refuge de Nice et lac Niré	Pont du Countet	15	750	2400	3741 OT	Geneviève BOËLE
Pâ	6-juil	7h30		Les lacs de Millefont	Saint Dalmas	8	440	2384	3641 ET	Alain FAUVET
Pr	6-juil.	8h		Séjour Clarée 6 au 12 juillet	Névache				3535 OT	Jacques DROUIN
Ge	6-juil	7h30	94	Mont Gravières	Rouglos	18	950	2331	3641 ET	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	10-juil	7h30	106	Mont Buissière - Roubion 06	Col de la Couillole	10	300	1955	3641 ET	Madeleine BONET
Ge	13-juil	7h	87	Les lacs Autier et Niré	Pont du Counet	15	900	2550	3741 OT	Martine BOUVIER
PâJ	17-juil	7h	150	Lac des Garrets - Estenc 06	Col de la Cayolle	10	400	2665	3540 OT	Madeleine BONET
PrJ	17-juil	7h	100	Crête du Bois Noir depuis la cime du Raton	Pkg Les Aiguilles	13	700	2060	3640 OT	Marc HUMBERT
Pâ	20-juil	7h30	96	Circuit de la chapelle St Jean-Baptiste	Beuil	11,5	440	1744	3640 OT	Alain FAUVET
Ge	20-juil	7h30	109	Mont Triboulet	Roya	14	980	2578	3639 OT	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	24-juil	7h30	100	Tour de la Crête de l'Issart - Les Launes 06	Pkg col Ste Anne	9	350	1749	3640 OT	Madeleine BONET
Pr	27-juil	7h	83	Lac de Graveirette	Pkg de Salèse	12	700	2282	3641 ET	Daniel COQUIN
Ge	27-juil			Séjour Val d'Aran Pr et Ge						MESPOULET/BOELE
PâJ	31-juil	7h30	128	Lac Vert et Noir - la Valmasque - Tende 06	Castérino b 395	11	500	2280	3841 OT	Madeleine BONET
PâJ	7-août	7h30	109	Col Mercière - Isola 2000	Pkg du Mercantour	10	60	2360	3640 OT	Madeleine BONET
Pâ	10-août	7h30	91	Circuit du Petit Conquet - Pic de la Colmiane	La Colmiane	8	435	1776	3641 ET	Alain FAUVET
Ge	10-août	7h	115	Le tour des lacs d'Aver	Col de la Lombarde	11	750	2637	Italie	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	14-août	8h	80	Baisse de l'Arpiha - Col de Turini 06	Pkg Camp d'Argent	9	300	1800	3741 OT	Madeleine BONET
Pr	17/19 août	7h30	121	Wend-end Neige et Merveilles	Casterino				3841 OT	Jacques DROUIN
Ge	17-août	7h	87	La cime du Diable	Pont du Countet	13	1100	2685	3741 OT	Martine BOUVIER
PâJ	21-août	7h30	108	GRP du Lac de Ste Croix - Verdon 04	Baudinard/Verdon	12	250	700	3542 OT	Madeleine BONET
PrJ	21-août	7h	115	Clue et village d'Amen (Pont des Roberts)	Pont des Roberts	14	750	1360	3540 ET	Marc HUMBERT
Pr	24-août	7h	100	Lacs de Millefont par cols Ferrière et Barn	Pkg de Veillos	10	600	2542	3641 ET	Daniel COQUIN
Ge	24-août	7h	127	Mont Aiga	Camp des Fourches	15	1100	2832	3639 OT	Jean-Luc MESPOULET
PâJ	28-août	8h	102	Liberture - Roubion 06	Col de la Couillole	9	350	1763	3641 ET	Madeleine BONET
Pâ	31-août	8h	96	Le lac de Beuil	Beuil	9,5	300	1748	3640 OT	Alain FAUVET
Ge	31-août	7h	92	Le Mont Archas	Parking Saleze	15	900	2500	3741 OT	Geneviève BOELE

(1) distances approximatives pouvant varier selon l'itinéraire et le point précis d'arrivée retenus par l'animateur



Coût du covoiturage sur les destinations courantes

Ces coûts incluent le péage lorsque le trajet comporte une partie par autoroute

destination	km aller	€/ pers.		destination	km aller	€/ pers.		destination	km aller	€/ pers.	
		4 p.	5 p.			4 p.	5 p.			4 p.	5 p.
Estérel				Estéron				Moyen Var/Roudoule			
Cannes la Bocca	10	2	1	Pont de l'Estéron Gilette	45	8	7	Malaussène	65	12	9
La Napoule	17	3	2	Bouyon	53	10	8	Massoins	68	12	10
Mandelieu pk Aéromodélisme Pont St Jean	18	3	2	La Faye du Mas	54	9	7	Villars/Var	68	12	10
Théoule sur Mer	19	3	3	Bonson	54	10	8	Touët	75	13	11
Le Travas gare	25	4	3	Gilette	55	10	8	Puget-Théniers	81	14	11
Cap Roux pkg de la pointe	27	4	4	Gilette pk du pont de Cerise B17	59	11	8	Thiery	83	15	12
Les Adrets-Logis du Pin	28	5	4	Revest les Roches	59	11	8	La Penne col St Raphaël	85	15	12
Col du Testanier-Malpey	31	5	4	Le Mas	61	10	8	Puget-Rostang	87	15	12
MF de Malpey	32	5	4	Conségudes	63	11	9	La Croix sur Roudoule	90	16	13
col d'Auriasque	34	6	4	Briançonnet	67	11	9	Entrevaux	90	16	13
Malpasset	36	7	6	Aiglun	67	12	10	Auvare	94	16	13
Agay	38	6	5	La Sagne	68	11	9	Léouvé	95	17	13
Agay plage de Camp Long	41	7	5	Toudon	68	12	10				
col de Bellebarbe /MF Gratadis	43	7	6	Pierrefeu	68	12	10	Haut Var			
Col du Mistral	44	7	6	Vascognes	70	12	10	Daluis	104	18	14
col des Lentisques par Agay	49	8	6	Roquestéron	74	13	10	Guillemes pont des Roberts	114	20	16
Valescure Pk de la Péguière	50	8	7	Cuébris	77	14	11	Bouchanières	123	21	17
				Sigale	79	14	11	Chateaufort d'Entraunes	126	22	17
Pays de Grasse				Ascros	80	14	11	Sussis	131	22	18
Valbonne-Village	6	1	1	Sallagrifon	89	16	12	Estenc	144	25	20
Grasse gare	7	1	1								
Pégomas	7	1	1	Bévéra Roya				Var 83			
Le Rouret	9	1	1	Sospel	74	15	12	Tanneron	14	2	2
Grasse Tennis	11	2	1	Moulinet	87	18	14	Callian	27	4	4
Le Pilon (Le Bar sur Loup)	11	2	1	col de Brouis	87	18	14	Montauroux (Fondurane)	27	4	4
Valbonne route des Crêtes	11	2	1	Libre	92	20	16	Montauroux (centre sportif)	27	4	4
Auribeau	12	2	2	Breil	93	20	16	Montauroux Estérêts du Lac	28	5	4
Roquefort les Pins	12	2	2	Saorge	99	21	17	Fayence	33	5	4
Super Antibes	13	2	2	Fontan	101	21	17	Mons	36	6	5
Peyminaud	13	2	2	Berghe supérieur	109	22	18	Fréjus Pk de Malpasset	38	8	6
Le Bar sur Loup	14	2	2	La Brigue ND des Fontaines	118	24	19	St Paul en Forêt	38	6	5
Cabris	14	2	2	Lac des Mesches	118	24	19	Seillans	38	6	5
Val du Tignet	17	3	2	Castérino	121	24	20	Les Issambres	39	8	6
Gourdon	18	3	2					Bagnols en forêt	41	7	5
St Cézaire/Le Brusquet	19	3	3	Vésubie				Roquebrune/Argens village	45	9	7
St Vallier col du Pilon	19	3	3	Le Chaudan	51	9	7	Roquebrune/Argens Valdois	47	8	6
St Cézaire	22	4	3	Cros d'Utelle	55	10	8	Fréjus-Villepey	48	9	8
Tourettes sur Loup	23	4	3	Duranus	63	11	9	Callas (Pont sur Endre ou pkg Corbières)	49	8	6
Cagnes sur Mer	24	5	4	Utelle	69	12	10	Claviers	50	8	7
domaine de Courmette	24	4	3	Lantosque	70	12	10	Saint Aygulf	50	10	8
Caussols col de l'Ecre	25	4	3	Pélasque	70	12	10	Le Muy sortie A8	53	12	9
St Pons/Le Tourounet	26	4	3	Saint Colomban	72	13	10	La Bastide col de Clavel	54	9	7
St Cézaire pont de Siagne	27	4	4	La Bollène-Vésubie	74	13	10	La Martre	56	9	7
St Vallier col du Ferrier	27	4	4	Roquebillière	75	13	11	Figanières	57	9	8
St Vallier chapelle St Jean	28	5	4	Berthemont	76	13	11	La Bastide village	58	10	8
Courmes	30	5	4	Col de Turini	80	14	11	Le Muy pont d'Endre	58	13	10
Gréolières village	30	5	4	Turini Camp d'Argent	83	15	12	Les Arcs sur Argens	63	13	11
Caussols	31	5	4	St Grat	85	15	12	La Martre Plan d'Anelle	64	11	8
Pont de Nans	31	5	4	Venanson	86	15	12	Bargème	65	11	9
Saint Jeannet	33	5	4	Gordolasque pont du Countet	87	15	12	Le Bourguet	72	12	10
Vence	33	5	4	le Boréon	90	16	13	Entraignes	72	15	12
Caussols-Col de la Sine Canaux	34	6	4	Madone de Fenestre le Devensé	91	16	13	Sainte Maxime	75	15	12
Cipières	36	6	5	pkg de la vacherie du Boréon	92	16	13	Trigance	80	13	11
Escragnoles-la Colette	37	6	5	pkg de Salèse	92	16	13	Ampus	81	16	13
Coursegoules	39	6	5	Madone de Fenestre	93	16	13	La Garde-Freinet	82	17	13
Col de Vence	40	7	6					La Garde-Freinet col du Vignon	84	17	13
Gréolières Plan du Peyron	40	7	5	Tinée/Valdeblore				Ramatuelle plage de l'Escalet	85	17	14
Gattières	41	8	6	La Tour sur Tinée	66	12	9	Cogolin	87	17	14
Andon village	41	7	5	Roussillon	67	12	10	Grimaud	87	17	14
Escragnolles-village	41	7	5	Tournefort	70	12	10	Saint Tropez	89	18	14
Bézaudun les Alpes	42	7	6	Cians	74	13	10	Carcès	89	18	14
Carros	43	8	6	Marie	75	13	11	Pignans	90	19	15
Saint Barnabé	44	8	6	Bairols	81	14	11	Les Mayons	92	18	15
Andon pk la Moulière	45	7	6	Ilonse	84	15	12	Aiguines Les Cavaliers	94	16	12
Séranon	46	8	6	La Bolline Valdeblore	84	15	12	Collobrières	107	21	17
Andon pk Audiberque	47	8	6	Rimplas	85	15	12	Pierrefeu du Var	110	25	20
Caille	48	8	6	Ilonse col de la Sinne	88	15	12	Aiguines	111	21	17
Thorenc	48	8	6	Granges de la Brasque	88	15	12	Chateaufallon	135	29	23
Le Broc village	48	8	6	St Dalmas Valdeblore	88	15	12	Giens	140	30	24
Col de Bleine	49	8	6	Parking de Valabres- Pont de Paule	89	16	12				
Gréolières les Neiges	49	8	6	La Colmiane	91	16	13	Alpes de haute Provence 04			
Valderoure	51	8	7	Isola Village	93	16	13	La Foux	57	9	8
St Auban	60	10	8	Roubion	93	16	13	La Garde	66	11	9
				Roure/Rougios	94	16	13	Soleilhas	68	11	9
Pays Niçois				St Dalmas Parking de Veillos	100	17	14	Castellane village	75	12	10
Villefranche	38	7	6	Douans	106	18	15	Demandoux	77	13	10
Tourette-Levens	47	9	7	St Etienne de Tinée	108	19	15	Castellane col de la Baume	79	13	10
Aspremont	48	10	8	Roya	109	19	15	Castellane col des Lèques	82	14	11
La Turbie	49	10	8	Isola 2000	109	19	15	Chasteuil	83	14	11
Cap d'Ail	52	11	9	St Dalmas le Selvage	122	21	17	Vergons	90	15	12
La Grave de Peille	54	11	8	Le Pra	120	21	17	Rougon	93	15	12
Tourette-Levens col de Chateaufallon	55	11	9	Bousiéyas	122	21	17	St André les Alpes	92	15	12
Levens	57	11	9	St Dalmas le Selvage refuge de Sestrière	125	21	17	Blieux	95	16	13
L'Escarène	58	11	9	Sta Anna di Vinadio	125	21	17	Castellet-les Sausses pont de Gueydan	95	17	13
Coaraze	60	12	9	camp des Fourches	127	22	17	Allons	97	16	13
Lucéram	61	12	9					refuge de la Maline	98	16	13
				Cians				Annot	102	18	14
Pays de Menton				Lieuche	83	15	12	La Palud sur Verdon col de l'Olivier	107	18	14
Eze gare	44	8	6	Rigaud - Le Rubi	85	15	12	Barrême	110	18	15
Gorbio	59	12	10	Pierlas	91	16	13	Castellet-les Sausses col du Fa	110	19	15
Roquebrune Cap Martin Cabbé	61	12	10	Beuil Pré de Chaudi	92	16	13	Chateaufallon	126	22	17
Menton monastère de l'Annonciade	63	14	11	Beuil chapelle St Ginié	95	17	13	Digne les bains	133	22	18
Castellar	67	14	11	Beuil village	96	17	13	Les Mées	140	23	18
Menton Garavan	67	14	11	Beuil / les Launes	98	17	14	Allos	148	25	20
Col de Castillon	72	15	12	Beuil / col de la Couillote	102	18	14				
Ste Agnès	72	15	12	Valberg	102	18	14				
				Valberg / Col de l'Espaul	105	18	15				
				Péone chapelle St Jean Baptiste	115	20	16				

Nota important : Les distances et montants sont approchés, ils peuvent varier légèrement, le plus souvent en hausse, en fonction de l'itinéraire et du lieu de départ exact de la randonnée, qui peut être plusieurs km à l'écart du village ou lieu-dit considéré ici comme lieu destination