

# Association de randonnée de Roquefort les Pins



## Programme activités et randonnées du mois d'octobre 2020

### Mardi et Jeudi de 14h00 à 16h30 – Rando sur les chemins de Roquefort-les-Pins

Rassemblement devant la salle Charvet à 14h00.

### Vendredi randonnées à la journée dans les Alpes-Maritimes ou le Var

Rassemblement sur le parking covoiturage avec participation aux frais

Animateurs : Jean-Baptiste : 06 12 01 66 00

Louis : 06 16 35 93 45

Michel : 04 89 35 75 71

#### Inscription sur le Doodle

- A partir du site <https://randoroquefort.wixsite.com/asso-rando-roquefort>
- Ou directement <https://doodle.com/poll/sdns35nkakdukqb7>

**1er octobre : Christian : Lauvet d'Ilonse et sommet**, départ 7h00 pour le col de la Sinne, dénivelé +700 m, distance 14 km, covoiturage 160 km, 40 euros/véhicule.

**9 octobre : Christian/Jean-Baptiste** : rando douce **tour du Dramont**, départ 8h00 pour Saint Raphaël, dénivelé + 200 m, distance 11km, covoiturage 104 km, 26 €/véhicule.

**16 octobre : Louis** : rando douce au **pic de l'Aiglo**, suivie d'un pique-nique au domaine de l'Auspelière à Gréolières, départ à 9h00 pour le col de Bleine, dénivelé + 200 m, distance 6 km, covoiturage 80 km, 20 €/véhicule.

Mesures sanitaires en PACA à partir du 17 octobre

Confinement national : 30 octobre au 15 décembre 2020

**23 octobre : Louis** : ~~le tour de la montagne de Brouis~~, départ à 8h00 pour Bargème, dénivelé + 520 m, distance 12 km, covoiturage 130 km, 32 euros/véhicule.

**30 octobre : Jean-Baptiste/Sylvie** : ~~Le plateau de St Barnabé et le pré Royer~~, départ à 8h30 pour Courmes, dénivelé + 420 m, distance 12.8 km, covoiturage 52 km, 13 euros/véhicule.

N'oubliez pas : eau, bonnes chaussures de marche, vêtements appropriés au temps, cape de pluie, couverture de survie et pique-nique.

Les sorties sont susceptibles d'être modifiées selon les aléas.

Les dénivelés, distances et durées indiqués sont approximatifs.