

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS

LA GODASSE BAGNADO

Programme du 1er Trimestre 2017



Siège social : Chez Monsieur J-Marie CRUVELLIER
65, Chemin Saint-Pierre - La Castellane
83190 OLLIOULES
Siret : 514 673 763 000 17

Site internet : <http://lagodasse-bagnado.com>

COMITE DE DIRECTION 2016 – 2017

PRESIDENT D'HONNEUR : BALDI EUGÈNE

=====

<u>Président</u>	CRUVELLIER J-Marie	04.94.63.11.27	06.27.39.18.25
<u>Vice-présidents</u>	GAGGIOLI Ginette	04.94.63.23.04	06.84.18.20.66
	TRIQUET Guy	04.89.30.82.46	06.20.88.08.73
<u>Secrétaire</u>	PAGEOT Murielle	04.94.89.59.65	06.33.28.09.74
<u>Secrétaire Adjoint</u>	PAGEOT Pierre	04.94.89.59.65	06.08.11.01.01
<u>Trésorier</u>	SCARSO Antoine	04.94.63.09.39	----
<u>Trésorier Adjoint</u>	JOURNÉ Alain	04.94.06.72.99	06.07.80.94.72
<u>Membres</u>	AUDOARD Danielle	04.94.22.56.35	06.41.14.52.05
	BLANC Alain	---	06.44.90.31.07
	BOUQUET Jacky	04.94.87.21.33	06.37.15.61.26
	DUCHAMP André	04.94.63.33.87	06.58.91.16.89
	DUNY Alain	04.94.63.24.05	---
	LALLEMENT Alain	04.94.22.35.22	06.34.95.15.55
	LAMBERT Marc	---	06.07.42.57.06
	PERELLO Corinne	---	06.24.97.28.27
	SAN-JOSE Alain	09.81.61.74.13	06.63.62.93.76
	SCIANDRA Georges	04.94.08.59.40	06.83.41.72.26
	TOGNETTI Richard	04.94.63.08.81	06.87.00.54.04

REGLEMENT INTERIEUR RELATIF AUX SORTIES

RESPONSABILITE

Au cours des randonnées, il est important que chacun respecte les consignes des responsables de la randonnée et vice versa, pour la bonne entente de tous, le bon fonctionnement et la sécurité du groupe.

SORTIES ANNULEES

Les sorties annulées pour cause de mauvais temps, pourront, si le responsable le décide, être reportées :

- au Mercredi suivant, pour les sorties du mercredi.
- au Samedi ou au Dimanche suivant, pour les sorties du Dimanche.

Se renseigner après chaque annulation au responsable de la sortie.

SORTIES AUTOCAR – SORTIES CULTURELLES – RESERVATIONS SEJOURS

1°) Nombre de places

Le nombre de places en autocar est désormais limité à 53 ou 55.

Toutes les réservations se feront par chèque. Celles-ci ne seront effectives que le jour de la remise du chèque et un seul chèque par sortie. Les chèques reçus à l'adresse du responsable de la sortie avant le jour de l'ouverture des réservations, ne seront pris en compte que le lendemain de cette date.

Ne pas envoyer de chèque sans avoir prévenu le responsable et sans savoir le nombre de places restantes.

En cas de réservation par téléphone, obligation est faite au demandeur de confirmer rapidement par courrier, adressé chez le responsable de la sortie, avec le chèque joint.

Les inscriptions se feront entre les dates prévues au programme.

2°) Liste d'attente

La liste d'attente sera composée par les adhérents n'ayant pu obtenir de places dans le car, ou pour un séjour. Ceux-ci s'engagent à avertir le responsable de leur changement ou de leur désistement. Ils seront comptabilisés dans l'ordre de leur demande d'inscription.

3°) Les désistements

Au-delà de la semaine précédant la sortie, les désistements ne seront plus remboursés sauf cas de force majeure.

Pour les séjours et week-end, les frais réclamés par l'établissement seront retenus à chacun des absents.

4°) Les invités

Les invités ne seront autorisés à participer aux randonnées que **1 fois**.

S'ils désirent revenir ils seront invités à établir une demande d'adhésion.

QUELQUES PETITS CONSEILS



Un vêtement de pluie type PONCHO est indispensable dans le sac à dos car soleil et ciel bleu peuvent cacher un orage qui se prépare.



Suivant les saisons un vêtement chaud sera apprécié sur les hauteurs.



Quand les jours sont courts ou que l'on visite une grotte, une lampe électrique rend bien des services.



La forêt vous accueille, sachez la protéger. Au cours des arrêts et repas, éviter de laisser traîner les papiers, plastiques, épluchures d'oranges etc... et ramener vos détritrus.



Respecter les propriétés privées (certains sentiers les traversent) et ne vous écartez pas des sentiers.



Les temps et durées des randonnées ne sont donnés qu'à titre indicatif et s'appliquent en général à des marcheurs moyens et de bonne volonté.



Pour vos sorties une petite pharmacie (pansements, désinfectant, bande ou ELASTOPLAST, protection solaire, anti-moustique etc...) peut vous être utile.



Les sentiers de la région sont souvent caillouteux, glissants ou accidentés, **vous devez donc vous équiper en conséquence, des chaussures montantes et antidérapantes sont obligatoires.** (Le responsable peut refuser votre présence à la sortie).



S'il vous arrive de vous perdre, restez sur le chemin et attendez que l'on vienne vous rechercher.



Un petit bonjour le matin ne fait pas de mal et ça aide à se connaître.



PROGRAMME DES ACTIVITES

1^{er} TRIMESTRE 2017

Mardi 04 Janvier 2017

LA CASTELLANE

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsable : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Dimanche 08 Janvier 2017

GALETTE DES ROIS & TOMBOLA AU FOYER DES ANCIENS à 17H00

A chacun de nous faire découvrir ses **spécialités UNIQUEMENT SALÉES.** **NE PAS APPORTER DE SPECIALITÉS SUCRÉES**

GALETTE DES ROIS & BOISSONS offertes par le club

Mardi 10 Janvier 2017

LA CASTELLANE

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Mercredi 11 Janvier 2017

LE BAOU DES QUATRE OURO

Départ : 13h30 Difficulté : D1

Responsables : Alain SAN JOSÉ – Tél : 06 63 62 93 76

Antoine SCARSO – Tél : 04 94 63 09 39

Hubert FELENTZER – Tél : 04 94 22 07 14

Dimanche 15 Janvier 2017

PIERREFEU – LA PORTANIERE – LE MARAVAL

Départ : 8h00 Durée : 4h30 Difficulté : D1

Responsables : Alain LALLEMENT – Tél : 06 34 95 15 55

Corinne PERELLO – Tél : 06 24 97 28 27

Mardi 17 Janvier 2017

BANDOL LES HAUTES

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Mercredi 25 Janvier 2017

LA SEYNE VISITE GUIDÉE CENTRE-VILLE HISTORIQUE – VISITE PANORAMIQUE DU PONT-LEVANT 40 M (Détail en annexe)

Limitée à 20 Pers. – Inscription le 08 janvier à la Galette des Rois

Départ : 13h30 Durée : 2h00 Participation : 6 €

Responsable : Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99

Dimanche 29 Janvier 2017

OPPIDUM DE MONTJEAN À COGOLIN

Départ : 08h30 Durée : 4h30 Difficulté : D1

Responsables : Richard TOGNETTI – Tél : 06 87 00 54 04

Francis VERRE – Tél : 06 84 00 38 72

Mardi 31 Janvier 2017

LE BRUSC – LE GAOU

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Mercredi 01 Février 2017

SORTIE LA JOURNEE -LES CALANQUES – DEVENSON – LA FENÊTRE

Départ : 07h30 Durée : 06h00 Difficulté : D2

Responsables : Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46

André DUCHAMP – Tél : 06 58 91 16 89

Vendredi 03 Février 2017

SOIRÉE BOWLING À LA GARDE (Détail en annexe)

RDV à 19h00 devant le Bowling à La Garde – Participation 25 €

Inscription le 08 janvier à la Galette des Rois

Responsables : J-M CRUVELLIER – Tél : 06 27 39 18 25

Murielle PAGEOT – Tél : 06 33 28 09 74

Mercredi 08 Février 2017

MAISON DES 4 FRÈRES

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

Responsables : Alain SAN-JOSÉ – Tél : 06 63 62 93 76

Hubert FELENTZER – Tél : 04 94 22 07 14

Dimanche 12 Février 2017

COL DE L'ANGE – MONT CRUVELIER – PARC ST-PONS

Départ : 8h00 Durée : 5h00 Difficulté : D1

Responsable : Danièle AUDOUARD – Tél : 06 41 14 52 05

Mardi 14 Février 2017

SENTIER DES VIGNES – SAINT-CYR

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Samedi 18 Février 2017

**RANDO BELGE – PORT POTHUAU – LA LONDE – RANDONNÉE
LE MATIN SUIVIE D'UN REPAS MOULES-FRITES**

Priorité aux adhérents n'ayant pas participé en 2016.

Pour les autres se faire inscrire quand même sur liste d'attente.

Participation 20 € - Inscription le 08 janvier à la Galette des Rois

Départ : 8h00 Durée : 4h00 Difficulté : D1

Responsable : J.M CRUVELLIER – Tél : 06 27 39 18 25

Mercredi 22 Février 2017

LE LATAY

Départ : 13h30 Difficulté : D1

Responsables : Marc LAMBERT – Tél : 06 07 42 57 06

Alain SAN-JOSÉ – Tél : 06 63 62 93 76

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Dimanche 26 Février 2017

SORTIE MIMOSAS – LA FLÛTE – ROQUEBRUNE SUR ARGENS

Départ : 8h00 Durée : 5h00 Difficulté : D1

Responsables : Francis VERRE – Tél : 06 84 00 38 72

Richard TOGNETTI – Tél : 06 87 00 54 04

Mardi 28 Février 2017

VISITE GRATUITE DE LA STATION D'ÉPURATION AMPHITRIA

Priorité à CULTURE POUR LA VIE – Inscription obligatoire

Limitée à 50 Pers. – Attention départ impérativement à **13h15**

Départ : 13h15 Sortie Bus trimestriel

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

Mercredi 01 Mars 2017

SORTIE LA JOURNÉE – LE MOURRE D'AGNIS AU DÉPART DE SIGNES

Départ : 08h00 Durée : 5h30 Difficulté : D1

Responsables : Guy TRIQUET – Tél : 06 20 88 08 73

André DUCHAMP – Tél : 06 58 91 16 89

Du 03 au 05 Mars 2017

SÉJOUR RAQUETTES – HAUTES-ALPES – VILLAR-D'ARÊNE

Programme en annexe

Responsable : Jo SCIANDRA – Tél : 06 83 41 72 26

Mercredi 08 Mars 2017

DANJEAN – MAISON PAUL RICARD

Départ : 13h30 Difficulté : D1

Responsable : Monique PERROT – Tél : 04 94 90 23 52

Mercredi 05 Avril 2017

LE PRADET – LA MINE PAR LE PAS DES GARDÉENS

Départ : 13h30 **Difficulté :** D1

Responsables : JM & M CRUVELLIER – Tél : 06 27 39 18 25

Dimanche 09 Avril 2017

SORTIE BUS – GORDES – LES BORIES – ABBAYE DE SÉNANQUE

Participation 15 € – Inscription le 08 janvier à la Galette des Rois

Départ : 7h00 **Durée :** 4h30 **Difficulté :** D1

Responsable : Alain SAN JOSÉ – Tél : 06 63 62 93 76

Mardi 11 Avril 2017

LA CADIÈRE

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

Responsables : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04

Tél : 06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 06 07 80 94 72

PRÉVISIONS 2^{ème} ET 4^{ème} TRIMESTRES 2017

- Fête de la Randonnée Pédestre le dimanche 21 mai 2017 à Hyères.
- Séjour de Pentecôte en Haute-Savoie du 03 juin 2017 au 05 juin 2017.
Détail du programme en annexe.
- Assemblée Générale le samedi 24 juin 2017 à 17 heures. Date à noter dans vos agendas.
- Repas de fin de saison le dimanche 25 juin 2017.
- Séjour en Haute montagne du 27 juin 2017 au 05 juillet 2017.
- Semaine Varoise de la Randonnée fin septembre 2017 à début octobre 2017.
- Séjour en GUYANE octobre 2017, inscription close mais liste d'attente possible.
Tarif communiqué prochainement.

NOTA :

- Tous les départs se font de la place Paul Lemoyne, sauf pour les sorties en autocar qui se font devant l'office de tourisme d'Ollioules.
 - Le nombre de places en autocar est limité, prière de se faire inscrire auprès du responsable de la sortie : 1 seul chèque par sortie.
 - Si vous n'utilisez pas votre véhicule, pensez à indemniser le chauffeur, **cette indemnité ne devra toutefois pas dépasser 0,15€ le kilomètre** divisée par le nombre de personnes dans le véhicule (Non compris les frais d'autoroute).
 - Ce programme n'est pas contractuel et le CD se réserve le droit de le modifier si besoin.
- **Toutes vos idées de randonnées et de sorties seront les bienvenues.**

NOUVEAU : Pour chaque sortie un coefficient de difficulté est inscrit.

D1 : Parcours facile, sentier en balcon, avec roches ou escarpements sans difficulté, ou un peu plus long

D2 : Parcours sur sentier caillouteux, avec dénivellations, ressauts rocheux ...
Il faut y faire attention.

D3 : Parcours sur terrain rocailleux ou très abîmé, avec câble, chaînes, etc.
Une grande concentration est nécessaire; sujet au vertige, s'abstenir.

LA SEYNE
CENTRE VILLE / ENTRE TRADITION ET MODERNITÉ
« LA GODASSE BAGNADO »

RDV Hôtel de Ville de la Seyne (Quai Saturnin Fabre)

Visite Guidée du Centre-Ville Historique de La Seyne / mer :

Né de la séparation avec Six Fours en 1658, ce petit hameau de pêcheurs est devenu un port offrant abri à ses habitants. Cette vocation maritime évoluera ensuite vers la création des célèbres Chantiers de construction navale. Le Pont Levant et la porte des Chantiers témoignent de cette époque glorieuse. Vous découvrirez également un charmant village provençal qui a su conserver son identité, avec ses façades colorées, ses corniches génoises, l’Eglise Notre-Dame de Bon Voyage et la place du marché. La visite se termine avec une magnifique vue panoramique sur la Rade depuis le Pont Levant (40 m) : accès par ascenseur.



Fin de la visite du Centre-Ville de La Seyne.

Durée : 1 Heure 30 à 2 Heures

Tarif : 120 € pour l’ensemble du groupe.



SOIREE BOWLING



VENDREDI 03 FÉVRIER 2017

De 19 heures à 22 heures

Après le succès de l'année dernière, Gilbert Botte, nous propose une autre soirée au Bowling de Provence à la Garde avec un repas dînatoire

20 PARTICIPANTS MINIMUM (Nombre de places limitées)

Prix négocié à 25 € par personne

Ce prix comprend : 3 heures de bowling, prêt de chaussures

Et ... mini canapés, mini pizza, anchoïade légumes et croûtons,

Plateau de fromages et canapés sucrés,

Et ... vin rosé ou coca cola

RÉSERVATION AVANT LE 26 JANVIER 2017

Responsables des inscriptions :

Jean-Marie CRUVELLIER Tél : 04.94.63.11.27 / 06.27.39.18.25

Murielle PAGEOT Tél : 04.94.89.59.65 / 06.33.28.09.74

Paiement par chèque à la réservation à l'ordre de la Godasse Bagnado

WEEK-END RAQUETTES à VILLAR-D'ARÊNE

Du 03/03/2017 au 05/03/2017

Hébergement: Gîte de groupe La Brèche à Villar-d'Arêne. Tél : 0476799206

Nombre de places : 20 Personnes

2 jours en 1/2 pension 44€ / jour / personne (compris taxe de séjour, vin, café, tisanes)

Soit 88€ pour le week-end

Prévoir 2 repas pique-nique

Équipement : poncho, vêtements chauds, bonnet, gants, guêtres, chaussures de randonnée ou à neige, lunettes et crème solaire + stick lèvres

NE PAS OUBLIER LES COUPELLES à NEIGE pour LES BÂTONS DE MARCHE

LES INSCRIPTIONS : dès la randonnée suivant la galette des rois.

(Elles ne seront effectives qu'à la réception du chèque d'acompte de 44 € au nom de La Godasse Bagnado, le solde de 44 € à la mi-février)

Location de raquettes : les personnes désireuses de louer une paire de raquettes avec bâtons doivent me le préciser à l'inscription. Pour info l'année dernière le prix était de 16 €.

Itinéraire : Autoroute Toulon-Tallard, direction Embrun, Briançon, prendre la route du Col du Lautaret, Villar-d'Arêne.

Responsable : Georges Sciandra

114 rue Darius Milhaud La Caille N°6 - 83000 TOULON - Tél : 06 83 41 72 26

SORTIE CULTURELLE ET GASTRONOMIQUE A PÉZENAS / MÈZE (34)

SAMEDI 18 MARS 2017

Départ : à 6H45 d'OLLIOULES devant l'Office du Tourisme d'Ollioules pour PÉZENAS

Arrivée : vers 10H00 visite guidée de la vieille ville par un guide de l'Office du Tourisme sur le thème de MOLIÈRE.

Midi : Nous sommes attendus à MÈZE vers 12H15 / 12H30 sur les bords de l'étang de THAU chez Jean BASTIDE ostréiculteur pour le repas.

MENU

Apéritif -- Pastis-Muscat

HUÎTRES à volonté et moules crues

« Brasucade » de moules (cuites à la braise avec sauce d'accompagnement)

Tielles à la Sétoises

Sardines grillées

Saucisses grillées

Fromage

Tarte aux pommes

Vin blanc Picpoul et vin rosé

Après-midi : Départ après le repas vers OLLIOULES

Prix de la journée : **58 Euros** (tout compris)

Inscription à compter du 08 janvier 2017 par chèque à la réservation et encaissé qu'à partir du 06 mars 2017.

Responsables : Jean-Marie et Marcelle CRUVELLIER Téléphone 04 94 63 11 27

Nombre de places : 53 places en autocar

SORTIE DE PENTECÔTE – PRAZ-SUR-ARLY (Haute-Savoie)

Du Samedi 3 Juin 2017 au Lundi 5 Juin 2017

Départ : le Samedi 3 Juin 2017 à 6H45 devant l'Office du Tourisme OLLIOULES en autocar

Midi : Pic-Nic sur les bords du Lac à Aix-les-Bains

Après-midi : Arrêt à la Boutique d'Usine de TEFAL à RUMILLY.

Faites des économies afin de profiter de cet avantage Magasin d'Usine des marques TEFAL MOULINEX et beaucoup d'autres marques (on y trouve tous les appareils ménagers et de cuisine), remise de 30 % par rapport au commerce et des fois plus selon les produits en promotion.

Vers 18 H 00 Arrivée et Accueil aux ESSERTETS, mise à disposition des chambres et Cocktail de bienvenue offert par la Résidence.

Hébergement : LES ESSERTETS – 665, Route des Essertets à PRAZ/ARLY (Haute-Savoie)

Téléphone : 04 50 21 96 14

Programme du Séjour:

Dimanche 4 Juin 2017 – Le Mont Joly par le col du Christ, au départ de MEGÈVE – Le Planellet (1305m) – Le Mt d'Arbois (1827m)- La Croix du Christ –Le pavillon du Mt Joly (2000m) et retour par le chalet de Joux, Tornay Haut. Durée : 5H30 à 6H00
Dénivelé : 662m Difficulté D1+

Pour les moins en forme: Possibilité d'adapter le circuit jusqu'au Mt d'Arbois 4 H00 AR ou autres possibilités sur place.

Nota : Très belle vue sur le Mont-Blanc

Lundi 5 Juin 2017 – Petite randonnée de 2H30 à 3H00 au départ de la résidence.

Déjeuner au centre vers 12H30 et départ pour OLLIOULES vers 14H00.

Prix du séjour : 123 Euros par personne comprenant (Le bus est payé par notre Association)

- l'hébergement en chambre double
- les boissons à table eau, vin à discrétion, café pris à la résidence
- lits faits à l'arrivée et linge de toilette fourni
- Animation en soirée

Responsables : Marcelle et Jean-Marie CRUVELLIER Téléphone 04 94 63 11 27

Inscription et Réservation à compter du 08/01/2017 accompagnées d'un chèque de 63 €/pers. Le complément 60 €/pers avant le 21/05.

Nombre de places en autocar « payé par l'Association » : 53 places.