

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS

# LA GODASSE BAGNADO

*Programme du 1er Trimestre 2019*

**MEILLEURS VŒUX**



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 2018 – 2019

<b><u>Président</u></b>	CRUVELLIER J-Marie	04.94.63.11.27	06.27.39.18.25
<b><u>Vice-présidents</u></b>	GAGGIOLI Ginette	04.94.63.23.04	06.84.18.20.66
	BOTTE Gilbert	04.94.38.34.76	06.86.49.32.72
	DUCHAMP André	04.94.63.33.87	06.58.91.16.89
<b><u>Secrétaire</u></b>	PAGEOT Murielle	04.94.89.59.65	06.33.28.09.74
<b><u>Secrétaires Adjoints</u></b>	GONDRAN Odile	04.94.09.26.21	06.60.09.59.48
	LAMBERT Marc	----	06.07.42.57.06
<b><u>Trésorier</u></b>	JOURNÉ Alain	04.94.06.72.99	06.07.80.94.72
<b><u>Trésorier Adjoint</u></b>	SCARSO Antoine	04.94.63.09.39	
<b><u>Membres</u></b>	AUDOUARD Danielle	04.94.22.56.35	06.41.14.52.05
	BOUQUET Jacky	04.94.87.21.33	06.37.15.61.26
	LALLEMENT Alain	04.94.22.35.22	06.34.95.15.55
	PERELLO Corinne	---	06.24.97.28.27
	RIZZO Anne-Marie	04.22.44.09.19	06.12.39.30.24
	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
	TRIQUET Guy	04.89.30.82.46	06.20.88.08.73
	VEYRY Christian	04.94.63.35.38	06.72.68.78.73

# 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, épiluchures 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).



Pour le respect d'un bon covoiturage, à la fin de la randonnée prévoir une paire de chaussures de rechange avant de remonter en voiture.



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, certains oublient encore de le dire !!*











Jeudi 21 Mars 2019

**COL DE LA GINESTE – MONT PUGET – AIGUILLES de GUILLEMIN**

**Départ : 8h00    Durée : 5h00    Difficulté : D1**

**Responsables :** Christian VEYRY – Tél : 04 94 63 35 38  
06 72 68 78 73

André DUCHAMP – Tél : 04 94 63 33 87  
06 58 91 16 89

Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72

Vendredi 22 Mars 2019

**SOIREE BOWLING DE PROVENCE A LA GARDE**

**Détail en Annexe**

**Responsable :** Gilbert BOTTE – Tél : 04 94 38 34 76  
06 86 49 32 72

Mardi 26 Mars 2019

**REUNION DU COMITE DE DIRECTION 18h00 au local**

Mercredi 27 Mars 2019

**CHATEAUVALLON**

**Départ : 13h30    Durée : 3h00    Difficulté : D1**

**Responsables :** Alain SAN-JOSE – Tél : 09 81 61 74 13  
06 63 62 93 76

Hubert FELENTZER – Tél : 04 94 22 07 14

Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72

Dimanche 31 Mars 2019

**CANNET DES MAURES – LES ESCARCETS**

**Changement d'heure**

**Départ : 8h00    Durée : 5h00    Difficulté : D1**

**Responsables :** Alain SAN-JOSE – Tél : 09 81 61 74 13  
06 63 62 93 76

Antoine SCARSO – Tél : 04 94 63 09 39

Mardi 02 Avril 2019

**JANAS**

**Départ : 13h45    Bus Trimestriel**

**Responsables :** Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04  
06 84 18 20 66

Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72

**Jeudi 04 Avril 2019**

**POURCIEUX – LES MONTS AURELIEN**

**Départ :** 07h30    **Durée :** 6h00    **Difficulté :** D2  
**Responsables :** Guy TRIQUET – Tél : 04 89 30 82 46  
06 20 88 08 73  
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72  
André DUCHAMP – Tél : 04 94 63 33 87  
06 58 91 16 89

**Mercredi 10 Avril 2019**

**LA COLLE NOIRE – CAP GARONNE**

**Départ :** 13h30    **Durée :** 3h00    **Difficulté :** D1  
**Responsables :** Marc LAMBERT – Tél : 06 07 42 57 06  
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72

**Dimanche 14 Avril 2019**

**GEMENOS – SAINT-JEAN DE GARGUIER – VISITE DU PRIEURE**

**Participation 1€ – Apportez votre grillade**

**Départ :** 08h00    **Durée :** 4h00    **Difficulté :** D1  
**Responsables :** Corinne PERELLO – Tél : 06 24 97 28 27  
Alain LALLEMENT – Tél : 04 94 22 35 22  
06 34 95 15 55

**Mardi 16 Avril 2019**

**SIX-FOURS – LES LAMAS**

**Participation 7 € – 25 Personnes maximum**

**Départ :** 13h45    **Sortie Moyens personnels**  
**Responsables :** Ginette GAGGIOLI – Tél : 04 94 63 23 04  
06 84 18 20 66  
Alain JOURNÉ – Tél : 04 94 06 72 99  
06 07 80 94 72

**Dimanche 28 Avril 2019**

**FORCALQUIER – RANDONNEE ET VISITE CULTURELLE – SORTIE**

**EN BUS (Détail en annexe)**

**Départ :** 07h00    **Durée rando :** 04h00    **Difficulté :** D1  
**Responsables :** Odile GONDRAN – Tél : 04 94 09 26 21  
06 60 09 59 48  
Gilbert BOTTE – Tél : 04 94 38 34 76  
06 86 49 32 72

## PREVISIONS 2<sup>ème</sup> Trimestre 2019

- Randonnée à SAINT-JEANNET le 12 mai 2019.
- Randonnée et visite guidée des Salins de Hyères début avril et mai 2019 (2 sorties prévues)
- Randonnée et visite de l'Abbaye de la Celle en mai 2019.
- Randonnée les pieds dans l'eau type « LONGE COTE » tous les jeudi matin, Rendez-vous à 9h00 devant l'hôtel George Sand (ex-hôtel LAMY) – Aux Sablettes – Durée environ 2h00. (À partir de la mi-mai environ et durant tout l'été si participant assez nombreux)
- Séjour Pentecôte, à Samoëns Haute Savoie, les 08, 09 et 10 juin 2019.
- Assemblée Générale le Samedi 22 juin 2019.
- Repas de fin de saison le dimanche 23 juin 2019.

### 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.
- 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.**

### POUR CHAQUE SORTIE UN COEFFICIENT DE DIFFICULTES EST INSCRIT

**D1** : Parcours facile, sentier en balcon, avec roches ou escarpements sans difficulté d'une durée inférieure à 5h00

**D2** : Parcours sur sentier caillouteux, avec dénivellations, ressauts rocheux ... Il faut y faire attention et d'une durée égale ou supérieure à 5h00.

**D3** : Parcours sur terrain rocailleux ou très abîmé, avec câble, chaînes, etc. Une grande concentration est nécessaire ; sujet au vertige, s'abstenir, ou d'une durée supérieure à 6h00.

# **SORTIE GASTRONOMIQUE ET CULTURELLE à MEZE (34)**

**SAMEDI 9 MARS 2019**

**DEPART** - 6h45 en bus de devant l'Office du Tourisme

Arrivée vers 10h00 dans le village de Villetelle (région de Lunel) pour la Visite libre du site archéologique d'AMBROSSON (ancien relais de poste situé sur la Via Domitia ou voie Domitienne de l'époque Gallo-Romaine et construite vers 118 ans avant Jésus Christ) et aussi du village

Repas vers 12h30, nous sommes attendus, à MEZE sur les bords de l'étang de THAU, par Jean BASTIDE, ostréiculteur pour le repas.

## **Menu**

Apéritif divers

Huitres à volonté et moules crues

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

Tielle Sétoise

Sardines et Saucisses grillées

Fromage

Tarte aux pommes

Vin blanc Picpoul et vin rosé (à discrétion)

Retour sur OLLIOULES après le repas

Prix pour la journée : 58 Euros (tout compris)

Inscriptions par chèque au nom de LA GODASSE BAGNADO à la réservation et encaissé que vers le 01/03/2019.

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

# SOIREE BOWLING



**VENDREDI 22 MARS 2019**

**De 19 heures à 22 heures**

Gilbert Botte, nous propose une soirée au Bowling de Provence à la Garde avec un repas dinatoire

**20 PARTICIPANTS MINIMUM (Nombre de Places limitées à 40 personnes)**

**Prix négocié à 25 € par personne**

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

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

Plateau de fromages et canapés sucrés,

Et ... vin rosé ou coca cola

**RESERVATION AVANT LE 10 MARS 2019**

Responsable des inscriptions : Gilbert BOTTE - Tél : 06.86.49.32.72

Adresse : 169 avenue Victor Hugo, 83160 LA VALETTE DU VAR

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



# SORTIE CULTURELLE ET RANDO

## DIMANCHE 28 AVRIL 2019 A FORCALQUIER 04



Rendez-vous et départ à 7 h devant l'Office du Tourisme d'Ollioules

Le matin : randonnée de 4 km aller et retour pour rejoindre  
Le RÉGAL DES PHOTOGRAPHES sur le site géologique **LES MOURRES**



AUBERGE  
DES CERFS  
DOMAINE DU BAS CHALUS

Vers 12h30 : repas à l'Auberge des cerfs

*Apéritif : kir crème de mure, tapenades et croûtons*

*Salade de chèvre chaud*

*Daube provençale et pâtes fraîches maison*

*Feuilleté aux pommes*

*Vin et café*



Vers 14h30 : visite du musée **SALAGON**

Puis retour sur Ollioules

PRIX : 46 euros par personne

Inscription auprès de **Odile Gondran**

par chèque au nom de la godasse dès parution

Nota : veuillez indiquer vos coordonnées au dos du chèque



Responsables :

**Gilbert Botte**

et

**Odile Gondran**

169 av V. Hugo

256 av de claret

83160 La Valette

83000 Toulon

Tél : 0686493272

Tél : 0660095948

et 0494092621



## CONSULTATION ET PREVISION

\*\*\*\*\*

J'envisage d'organiser avec nos amis du club de Cannes (SCAC) un séjour d'une semaine dans les Dolomites en principe et par exemple début juillet : du Samedi 29 juin au Samedi 06 juillet 2019.

Les Randonnées proposées seront pour tous les niveaux (des moins en forme, au plus en forme) avec un bus au départ de Cannes et à disposition sur place toute la semaine pour les déplacements et bien sûr un covoiturage au départ d'Ollioules vers Cannes.

Pour un prix non fixé selon le nombre de participant, environ 600 à 700 €.

Hébergement en hôtel et en chambre de deux personnes.

Si vous êtes intéressés, prière de me contacter aux numéros habituels

Tél : 04 94 63 11 27 ou 06 27 39 18 25

Mail : [jean-marie.cruvellier@orange.fr](mailto:jean-marie.cruvellier@orange.fr)