

*ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS*

**LA GODASSE BAGNADO**

*PROGRAMME 2ème TRIMESRE 2006*



*- Iles de Léius -*

Siège social : Chez M. BALDI Eugène - 271, Chemin de la Cacoye - Quartier Saint Honorat  
83190 OLLIOULES

# REGLEMENT INTERIEUR RELATIF AUX SORTIES

\*\*\*\*\*

## SORTIE AUTOCAR

### 1°) Nombre de places

Le nombre de places en autocar est désormais limité à 49 ou 53.

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.

En cas de réservation par téléphone, obligation est faite au demandeur de confirmer 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. 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 précédent la sortie, les désistements ne seront plus remboursés sauf cas de force majeure.

### 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.

## SEJOURS ET WEEK-END

Lors de désistement, les frais réclamés par l'établissement seront retenus à chacun des absents.

\*\*\*\*\*

# 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 données qu'à titre indicatif et s'appliquent en général à des marcheurs moyens et de bonne volonté.

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

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

Pour vos sorties une petite pharmacie (pansements, désinfectant, bande ou élastoplast, protection solaire, antimoustique etc...) peut vous être utile.

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

# PROGRAMME DES ACTIVITES

## 2<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2006

DIMANCHE 23 AVRIL 2006

PIERREFEU – VALLON DE L'ARGENTIERE  
LE CASTELLAS

Départ : 8 h 00 – Durée : 6 h 30 – Pour tous

Responsables : Joseph VALENTE

Francis VERRE – Tél : 04.94.74.91.97

MERCREDI 26 AVRIL 2006

LE REVEST – LE MONT CAUME NORD

Départ : 13 h 30

Responsables : Hubert FELLENTZER

Antoine SCARSO – Tél : 04.94.63.09.39

DIMANCHE 07 MAI 2006

SAINT-TROPEZ - PARTICIPATION A LA  
FETE DE LA RANDONNEE (4 circuits au choix)

Départ : 6 h 30 – Durée : 3h00, 4h00, 5h00, ou 7h00

Responsable : Jean-Marie CRUVELLIER – Tél : 04.94.63.11.27

MERCREDI 10 MAI 2006

SAINT-ANNE D'EVENOS - NEBRE

Départ : 13 h 30

Responsable : Marcelle CRUVELLIER – Tél : 04.94.63.11.27

JEUDI 11 MAI 2006

SORTIE CULTURELLE – CANNES - ILES  
DE LERINS

Départ : 8 h 00 – Retour 20 h 00 – Voir détail en annexe

Responsable : Marcelle CRUVELLIER Tél : 04.94.63.11.27

DIMANCHE 21 MAI 2006

GEMENOS – PARC SAINT-PONS – COL DE  
L'ESPIGOULIER - 13 -

Départ : 7 h 30 – Durée : 6 h 30 – Dénivelé 750 M

Responsable : Marcel MERANGER – Tél : 04.94.94.34.84

MERCREDI 24 MAI 2006

MARAMOYE

Départ : 13 h 30

Responsable : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04.94.63.23.04

LES 03, 04 ET 05 JUIN 2006

SORTIE PENTECOTE – LE CANTAL –  
CHEYLADE

Pour les inscrits voir tirage précédent

Responsables : M & JM CRUVELLIER – Tél : 04.94.63.11.27

MERCREDI 07 JUIN 2006

BANDOL – LES ENGRAVIERS

Départ : 13 h 30

Responsable : Ginette GAGGIOLI – Tél : 04.94.63.23.04

VENDREDI 09 JUIN 2006

REUNION DU COMITE DE DIRECTION.  
20H30 au local

LES 15/16/17/18 JUIN 2006

SORTIE CAP CORSE

Pour les inscrits voir tirage précédent  
Responsable : Richard TOGNETTII – Tél : 04.94.63.08.81

SAMEDI 24 JUIN 2006

REUNION ASSEMBLEE GENERALE –  
CENTRE DE LOISIRS D'OLLIOULES

Réunion à 17h30 – Pot de l'amitié - *Présence Indispensable*  
Inscription concours de boules pour le lendemain matin

DIMANCHE 25 JUIN 2006

LA CERISAIE – CONCOURS DE BOULES ET  
REPAS DE FIN D'ANNEE

Voir détail en annexe  
Responsables : Eugène BALDI – Tél : 04.94.63.03.52  
Pierre ACEFALO – Tél 04.94.24.50.46

DU 28 JUIN 2006

AU 03 JUILLET 2006

SORTIE CHAMONIX

Voir détail en annexe  
Responsables : M & JM CRUVELLIER – Tél : 04.94.63.11.27

Previsions Programme 2006/2007

- Sorties Raquettes Champsaur et Queyras
- 30 Ans de la Godasse et Fete de la Randonnee 2007 -
- Weed End - Champsaur 29, 30 Sept et 1<sup>er</sup> Oct 2006 -

Sortie cyclo – toujours 1 vendredi sur 2, après la rando du dimanche

Rendez-vous 8 h 30 – parking ancien Castorama OLLIOULES.

Jean-Marie CRUVELLIER TEL : 04.94.63.11.27

## NOTA

- Tous les départs se font de la place Paul Lemoyne, sauf pour les sorties en autocar 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, le Comité de Direction a évalué à 0,18 € le kilomètre plus les frais d'autoroute divisés par le nombre de personnes dans le véhicule.
- Ce programme n'est pas contractuel et le CD se réserve le droit de le modifier si besoin.

Toutes vos idées de sorties seront les bienvenues.

## LA GODASSE BAGNADO

### LA CULTURE POUR LA VIE

Sorties du Mardi en partenariat avec la commune d'OLLIOULES

#### 2ème TRIMESTRE 2006

Responsable : Gaggioli Ginette Tél. fixe : 04.94.63.23.04  
Portable : 06.84.18.20.66

- Mardi 11 avril 2006 : **SORTIE CULTURELLE - BANDOL**  
Prévoir 3 € pour la visite  
Sortie avec moyens personnels – Départ 13 h 45
- Mardi 25 avril 2006 : **GROS CERVEAU**  
Sortie avec le Mini-Bus municipal - Départ 13 h 45
- Mardi 09 mai 2006 : **LE LATAY**  
Sortie trimestrielle en car – Départ 13 h 45
- Mardi 23 mai 2006 : **SORTIE LA JOURNEE – AIGUILLES DE VALBELLES**  
Sortie avec moyens personnels – Départ 08 h 30
- Mardi 30 mai 2006 : **SAINT-ANNE D'EVENOS**  
Sortie avec moyens personnels – Départ 13 h 45

Nota

**Tous les départs se font du Square MALRAUX**

**Ce programme n'est pas contractuel, les lieux des sorties sont susceptibles d'être modifiés.**

# SORTIE CULTURELLE

## JEUDI 11 MAI 2006

\*\*\*\*\*

## ILES DE LERINS - CANNES

- Départ 8h00 – RDV devant l’office de tourisme d’OLLIOULES
- Arrivée vers 9h30 à CANNES – Vieux port (embarcadère pour les îles)

### **Le matin : ILE SAINT-HONORAT**

Départ de CANNES : 10h00 – retour 12h30

Durée de la traversée 0h15 – Longueur de l’île 1km 500, largeur 400 m

Nous prendrons le bateau pour effectuer la visite du monastère (visite libre), impossible d’avoir un guide à cette saison.

Visite extérieure monastère et jardins. Derrière le monastère, côté mer, un chemin à gauche même au monastère fortifié situé au bord de mer (beau paysage). Retour vers l’embarcadère et CANNES.

Pique-nique vers 13 h 00 sur la plage à proximité de l’embarcadère.

\*\*\*\*\*

### **L’après-midi : ILE SAINTE-MARGUERITE**

Départ 14h00 – Retour 17h15

Durée de la traversée 0h15 – Longueur de l’île 3 km, largeur 900 m

Une petite randonnée très facile sera faite afin de visiter l’ensemble de l’île, Lucien et Angèle nous accompagnerons, nous rencontrerons beaucoup d’oiseaux et des paysages magnifiques.

N’oubliez pas de vous chausser en conséquence. Durée de la marche  $\frac{3}{4}$  heure environ.

Pour nous donner plus de souplesse par rapport aux bateaux et suivant les horaires à respecter, nous vous demandons de prévoir un pique-nique pour le midi.

Car de 53 places – Participation 25 euros (bus + bateaux pour les îles)

Responsable : Marcelle CRUVELLIER – Tél : 04.94.63.11.27

**REPAS CHAMPETRE  
DIMANCHE 25 JUIN 2006**

\*\*\*\*\*

**RESTAURANT LA CERISAIE**

**Menu 26,50 € net**

Sangria - Kir vin blanc - Jus de fruits  
Avec panier de crudités de saison  
Tartines grillées anchoïade et pizzaladière

\*\*\*\*\*

Le jambon cru de campagne, pâté et feuilleté de saumon

\*\*\*\*\*

Le gigot rôti au thym, magret de canard fermier et civet de porcelet

\*\*\*\*\*

Pommes rissolées, tomates provençale et pâtes fraîches

\*\*\*\*\*

Fromage avec salade

\*\*\*\*\*

Vacherin aux fruits rouges

\*\*\*\*\*

Vin du terroir à discrétion, Rosé – Rouge

\*\*\*\*\*

cafés

Animation musicale pour danser

Rendez-vous à 9h00 pour le concours de boules et 12h00 pour les non participants au concours.

Responsables : Eugène BALDI - tél : 04.94.63.03.52 -  
Pierre ACEFALO - tél : 04.94.24.50.46

# CHAMONIX 2006

Du Mercredi 28 Juin au Lundi 03 Juillet 2006

Hébergement : C I A L C - Don Bosco

Route des granges

74310 LES HOUCHES - Tél: 04 50 54 41 81

Prix  $\approx 28\text{€}$  la demie pension par personne / jour -

Prévoir le repas pour tous les jours à midi

(possibilité de ravitaillement à Chamonix, Argentière, les Houches )

J1 - Départ si possible à 8h00 - Pique-nique en route ou rendez-vous au C I A L C vers 18h00 - Installation dans les chambres

J2 - Col de ma Forclaz (1 526 m) - Fenêtre de l'Arpette par la bisse du Trient (2 671 m)

Durée : 7h00 environ - Dénivelé : +/- 1 145m

J3 - Col de tricot (variante du tour du Mont-Blanc) (2 120 m)

Panorama exceptionnel - Bellevue - Chalet de l'arc - Col de Tricot - Col de Miage - Bionnasay

Durée : 7h00 environ - Dénivelé : +/- 1 014 m

J4 - Journée Repos : Le tour - Chamonix par Balcon nord

COOL !

J4 bis - Gite à Balmat (2 589 m) par Chalet des Pyramides  
(entre Taconnaz et Bossons)

Durée : 7h30 - Dénivelé : env 1100m —

J5 - Nid d'Aigle - Refuge de Tête Rousse

Durée : 5h00 - Dénivelé : +/- 800 m

J6 - Départ après le petit déjeuner

Nota : Prévoir matériel et habillement habituel et indispensable en montagne : Vêtements chauds, gants, bonnet et plus léger si très beau temps, ou étanche si pluie, lunette de soleil, chapeau, appareil photo, jumelle, camescope, etc...

Pharmacie individuelle ( pansement et anti-ampoules, crèmes, etc...)

Ce programme peut être modifié selon le temps et l'enneigement

Le nombre de places est limité et réservé en priorité aux titulaires de la carte « Activités pleine nature assurance IAVN »

Prévoir un supplément pour remontées mécaniques

Responsable : JM CRUVELLIER - Tél : 04.94.63.11.27

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

## -- CONVOCATION --

Madame, Monsieur, vous êtes prié (e) d'assister à l'Assemblée Générale de notre Association le

**SAMEDI 24 JUIN à 17h30 au Centre de Loisirs à OLLIOULES**

Votre présence étant indispensable aux décisions à prendre, mais si vous ne pouvez y assister merci de vous faire représenter par un adhérent en remplissant le Pouvoir ci-joint.

### ORDRE DU JOUR

- Accueil et remerciements aux élus présents
- Lecture du Rapport moral des activités par le président et vote
- Lecture du Rapport financier par le trésorier et vote
- Questions diverses
- Renouvellement du C.D. et vote
- Invitation au pot de l'amitié

Partie à détacher

-----

Je, (nous) soussigné (s) ....., donne  
pouvoir à Mr ou Mme ..... pour me représenter lors de l'Assemblée  
Générale de notre Association des Randonneurs Ollioulais « LA GODASSE BAGNDO »  
le samedi 24 juin 2006.

Dater et signer, précédé de la mention « Bon pour Pouvoir »