

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS

# LA GODASSE BAGNADO

**PROGRAMME 4<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2011**



*Château de Tarascon*

Siège social : Chez Monsieur J-Marie CRUVELLIER  
65, Chemin Saint-Pierre - La Castellane  
83190 OLLIOULES

Siret : 514 673 763 000 17

Site internet : <http://godassebagnado.pagesperso-orange.fr>

## COMITE DE DIRECTION 2011/2012

PRESIDENT D'HONNEUR : BALDI EUGENE

=====

<u>Président</u>	CRUVELLIER Jean-Marie	04.94.63.11.27
<u>Vice-présidents</u>	GAGGIOLI Ginette	04.94.63.23.04
	BESSE Jean-Pierre	04.94.98.81.82
	SCIANDRA Georges	04.94.42.58.63
<u>Secrétaire</u>	PAGEOT Murielle	04.94.89.59.65
<u>Secrétaire Adjoint</u>	PAGEOT Pierre	04.94.89.59.65
<u>Trésorier</u>	SCARSO Antoine	04.94.63.09.39
<u>Trésoriers Adjoints</u>	SAUDEMONT Gérard	04.94.88.62.89
	GUYOT Claude Marceau	04.94.30.09.52
<u>Membres :</u>	BOUQUET Jacky	04.94.87.21.33
	CASTEL Roger	04.94.22.29.69
	COLONNA Denis	04.94.22.23.55
	DUCHAMP André	04.94.63.33.87
	DUMONT Daniel	04.94.63.15.23
	GRASSI Danièle	04.89.09.28.57
	NICOLAS Jean	04.94.63.47.20
	TOZELLO Jean-Claude	04.94.94.37.51
	TRIQUET Guy	04.94.63.06.75

# 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.

## SORTIE AUTOCAR

### 1°) Nombre de places

Le nombre de places en autocar est désormais limité à 49 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, seront pris en compte que le lendemain de cette date.

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, 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

## 4<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2011

\*\*\*\*\*

Dimanche 11 Septembre 2011

### FORUM DES ASSOCIATIONS ET RANDONNEE PEPIOLE PLAGE DE BONNEGRACE A SIX-FOURS

Rendez-vous au forum place Jean Jaurès

Départ : 9h00    Durée : 4h00    Difficulté : D1

Responsables : Marcelle CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

Mercredi 14 Septembre 2011

### BANDOL - PORT D'ALON

Départ : 13h30    Durée : 3h00

Responsable : Alain BLANC - Tél : 06 82 45 33 89

Dimanche 25 Septembre 2011

### FREJUS – LAC DE L'AVELLAN – BARRAGE DE MALPASSET

Départ : 8h00    Durée : 5h00    Difficulté : D1

Responsables : Francis VERRE - Tél : 04 89 09 28 41

André GAUTHIER - Tél : 04 94 48 78 49

Roger Castel - Tél : 04 94 22 29 69

Joseph VALENTE – Tél : 04 94 36 10 11

Mercredi 28 Septembre 2011

### SIX FOURS - LE TOUR DU FORT

Départ : 13h30    Durée : 3h00    Difficulté : D1

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

Du 30/09 au 2/10/2011

### WEEK-END DANS LE VERCORS

Voir détail ci-joint

Responsable : Richard TOGNETTI - Tél : 04 94 63 08 81

Samedi 8 Octobre 2011

### RONDE DU CREPUSCULE – SANARY

Venez nombreux pour représenter notre association, Plusieurs circuits ; Rendez-vous au Jardin d'Hiver à SANARY

Responsable : Murielle PAGEOT - Tél : 04 94 89 59 65

Dimanche 9 Octobre 2011

### JOURNEE DU SOUFFLE – LE GROS CERVEAU

Départ : Renseignements ultérieurs

Mardi 11 Octobre 2011

OLLIOULES - CHEMIN DU PARADIS

Départ : 13h45 Sortie moyens personnels

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

Mercredi 12 Octobre 2011

LIEU A DETERMINER ULTERIEUREMENT

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

Responsable : A determiner

Jeudi 13 Octobre 2011

SEMAINE VAROISE DE LA RANDONNEE – CHEMIN DU PARADIS-COL DU TELEGRAPHE – FOUR A CADE

Départ : 9h00 Durée : 5h00 Difficulté : D1

Rendez-vous : Office du tourisme

Responsables : André DUCHAMP - Tél : 04 94 63 33 87

Port : 06 58 91 16 89

Guy TRIQUET - Tél : 04 94 63 06 75

Jeudi 13 Octobre 2011

SORTIE CULTURELLE – TARASCON – SAINT ROMAN

Voir Programme ci-joint

Du 21 au 23 Octobre 2011

SEJOUR DANS LE HAUT VERDON – GEORGES SAINT-PIERRE – LAC DE LIGNIN

Voir programme ci-joint

Responsables : Jo SCIANDRA - Tél : 04 94 42 58 63

Pierre PAGEOT – Tél : 04 94 89 59 65

Mardi 25 Octobre 2011

LE BEAUSSET

Départ : 13h45 Bus trimestriel

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

Mercredi 26 Octobre 2011

LE REVEST – LE BARRAGE

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

Responsables : Antoine SCARSO - Tél : 04 94 63 09 39

Hubert FELENTZER - Tél : 04 94 22 07 14

Dimanche 30 Octobre 2011

SAINT-PONS – LA GALERE – L’ESPIGOULIER

*Attention le 30 octobre changement horaire*

Départ : 8h00 Durée : 6h00 Difficulté : D2

Responsables : Guy TRIQUET - Tél : 04 94 63 06 75

André DUCHAMP - Tél : 04 94 63 33 87

Port : 06 58 91 16 89

Dimanche 6 Novembre 2011

SORTIE BUS - SISTERON - LA MONTAGNE DE LA BAUME

Bus 12€ environ – Prix définitif plus tard

Réservation à compter du 25 septembre 2011

Départ : 7h00    Durée : 5h30    Difficulté : D1

Responsables : Jean-Marie & Marcelle

CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

Mardi 8 Novembre 2011

CHATEAUVALLO

Départ : 13h45    Sortie moyens personnels

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

Mercredi 9 Novembre 2011

SAINT-CYR - LE CHATEAU DES BOMELLES

Départ : 13h30    Durée : 3h00

Responsable : Marcelle CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

Samedi 12 Novembre 2011

LE GROUPATIER – GRILLADES – RANDONNEE DE NUIT

*Limitée à 60 adhérents – Inscriptions obligatoires*

*A compter du 25 Septembre 2011*

Départ : 15h30    Difficulté : D1

Apportez vos spécialités et votre grillade

Responsables : Jo SCIANDRA - Tél : 04 94 42 58 63

Pierre PAGEOT – Tél : 04 94 89 59 65

Dimanche 20 Novembre 2011

RAYOL CANADEL – BALCON DU DATTIER

Départ : 8h00    Durée : 5h00    Difficulté : D1

Responsables : Francis VERRE - Tél : 04 89 09 28 41

Joseph VALENTE – Tél : 04 94 36 10 11

Mardi 22 Novembre 2011

GROS CERVEAU

Départ : 13h45    Sortie moyens personnels

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

Mercredi 23 Novembre 2011

PIN ROLLAND – SAINT-MANDRIER

Départ : 13h30    Durée : 3h00    Difficulté : D1

Responsables : Jean-Marie & Marcelle

CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

Samedi 26 Novembre 2011

PROJECTION DE PHOTOS ET DE FILMS

Salle Jean Moulin à Ollioules et Salle de la Criée

Reportage de Jo SCIANDRA

Projection à 18h00 – Durée 2h00 /2h30

Suivi d'un apéritif dînatoire avec vos spécialités

Boissons offertes par le club

Dimanche 4 Décembre 2011

PLAN D'AUPS – SOURCE DE L'HUVEAUNE PAR L'HOTELLERIE

Départ : 7h30    Durée : 5h30    Difficulté : D1

Responsables : Guy TRIQUET - Tél : 04 94 63 06 75

André DUCHAMP - Tél : 04 94 63 33 87

Port : 06 58 91 16 89

Mardi 6 Décembre 2011

SIGNES

Départ : 13h45    Bus trimestriel

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

Mercredi 7 Décembre 2011

LE BEAUSSET VIEUX - VISITE DE LA CRECHE PAR LES ORATOIRES

Départ : 13h30    Durée : 3h00    Difficulté : D1

Responsables : Antoine SCARSO - Tél : 04 94 63 09 39

Hubert FELENTZER - Tél : 04 94 22 07 14

Dimanche 11 Décembre 2011

TRAIL DE NOEL – ENCADREMENT

Inscription à compter du 25.09.2011

Responsable : Jo SCIANDRA - Tél : 04 94 42 58 63

~~Mardi 13~~ Décembre 2011

REUNION COMITE DE DIRECTION

Au local à 18h00

Dimanche 18 Décembre 2011

CARQUEIRANNE - LA COLLE NOIRE PAR LE PORT DES SALETTES

Départ : 8h00    Durée : 5h30    Difficulté : D1

Responsables: Jean-Marie & Marcelle

CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

Mardi 20 Décembre 2011

PARCOURS SANTE DU BEAUSSET

Départ : 13h45    Moyen personnels

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

Mercredi 21 Décembre 2011

SIGNES

Départ : 13h30    Durée : 3h00    Difficulté : D1

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

Dimanche 8 Janvier 2012

EVENOS

Départ : 8h30    Durée : 4h30    Difficulté : D1

Responsables: Denis COLONNA – Tél : 04 94 22 23 55

Jean-Marie CRUVELLIER - Tél : 04 94 63 11 27

GALETTE DES ROIS ET TOMBOLA

Foyer des anciens à 17h30.

*A Chacun de nous faire découvrir et déguster ses spécialités salées et sucrées. Boissons offertes par le club.*

Mardi 10 Janvier 2012

LE BEAUSSET VIEUX

Départ : 13h45 Moyens personnels

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

Mercredi 11 Janvier 2012

LA CADIÈRE

Départ : 13h30 Durée : 3h00 Difficulté : D1

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

SORTIES CYCLO

Toujours 1 vendredi sur 2, après la randonnée du Dimanche

Rendez-vous : 8h30 - Parking ancien Castorama OLLIOULES.

Responsable : Alain BLANC Tél : 06 82 45 33 89

## PREVISIONS 1er Trimestre 2012

- SORTIE WEEK-END RAQUETTES début février 2012.

## PREVISIONS 2ème Trimestre 2012

- ASSEMBLEE GENERALE le 23 JUIN 2012 et REPAS DE FIN D'ANNEE LE 24 JUIN 2012

### 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, cette indemnité ne devra toutefois pas dépasser 0,15€ le kilomètre divisés 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 difficultés est inscrit.

**D1** : Parcours facile, sentier en balcon, avec roches ou escarpements sans difficulté.

**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.

# SEJOUR DANS LE VERCORS LES HAUTS PLATEAUX – LE COL DE L'ARC

\*\*\*\*\*

## Du 30 Septembre au 02 Octobre 2011

**Responsable : Richard TOGNETTI**

Téléphone : 04 94 63 08 81

Portable : 06 87 00 54 04

32 Randonneurs.

**Réservation :** acompte 20€ à l'inscription, chèque à l'ordre de La Godasse Bagnado. Le solde de 48€ est à régler pour le 11 Septembre, jour de la reprise des activités de La Godasse Bagnado.

Voitures particulières. Covoiturage au départ d'Ollioules.

**Hébergement : GITE « LA GELINOTTE »**

Foyer de ski de fond

Adresse : 26420 VASSIEUX en VERCORS - Tél : 04 75 48 28 13

Mail : [lagelinotte@wanadoo.fr](mailto:lagelinotte@wanadoo.fr)

**Obligation : Etre à jour de la cotisation adhérent et du certificat médical.**

Tarif ½ pension : 34 €/jour

Possibilité de panier repas à 10 € ou 11 € à payer individuellement

Location de draps : 2 €

Literie : housse de matelas, taie d'oreiller fournis

Apporter : 2 repas pour le midi, sac à viande ou duvet, pantoufles, serviette de toilette, etc.

Possibilité de rester sur place le 02 octobre 2011 au soir. Toutefois, sachez que la deuxième randonnée se fera à VILLARDS DE LANS et que nous repartirons par GRENOBLE.

**1<sup>ER</sup> Jour : Vendredi 30 Septembre 2011**

**Départ : 13h30**

OLLIOULES par autoroute jusqu'à LORIOLE puis direction DIE N518, Col de Rousset N518.

D76 VASSIEUX EN VERCORS.

**Trajet : environ 320 Kms.**

2<sup>ème</sup> jour : Samedi 1<sup>er</sup> Octobre 2011

**Départ en voiture : 8h00**

VASSIEUX EN VERCORS D76. N518, Col du Rousset. Prendre à droite route forestière.  
Arrêt et stationnement à la Maison Forestière.

**Départ à pieds : 9h00.**

GR Grande Traversée du Vercors direction la grande cabane (Bergerie).

**Durée : 6h00. Dénivelé : environ 700 m. Difficulté : D1/D2.**

3<sup>ème</sup> jour : Dimanche 2 Octobre 2011

**Départ en voiture : 8h00**

VASSIEUX EN VERCORS D76. D178 La Chapelle en VERCORS. N518 Les Baraques en Vercors.  
D103 Saint-Martin en Vercors. Saint-Julien en Vercors N531 Gorges de La Bourne.

Villard de Lans Alt. 1050 m. Départ à pied vers 9h30.

Direction Col de l'Arc où nous déjeunerons.

**Durée : environ 5h00. Difficulté : D1.**

Retour à OLLIOULES :

Villard de Lans N561. Lans en Vercors. Grenoble Autoroute vers Valence. Aix en Provence.  
Ollioules

**Trajet : environ 380 kms.**

13

# Sortie Culturelle à TARASCON et SAINT-ROMAN

\*\*\*\*\*

**Le Jeudi 13 octobre 2011**

07h30 - Départ d'Ollioules (Présence : 07h15)

09h00 - Petite pause à Lançon de Provence (15')

10h00 - Arrivée à Tarascon

- Visite du château du Roi RENE
- Visite de la Collégiale
- Visite du salon des Consuls à l'Hôtel de Ville
- Promenade dans le centre médiéval en direction du restaurant

12h15 - Repas au Terminus (près de la gare)

Kir  
Hors d'œuvres variés  
Mijoté d'agneau et sa garniture  
Dessert : Poirier  
¼ de vin  
Café

14h00 - Départ pour Saint-Roman (abbaye troglodyte)

Visite du site, point de vue sur le Rhône et Beaucaire

15h00 - Retour (Si l'horaire le permet nous ferons une halte à St Rémy de Provence)

Coût : 43,50 euros

Détail : transport : 13 euros, repas : 19 euros – visite château : 6 euros

Visite abbaye : 5,50 euros (commentée)

Tenue : décontractée, chaussures de sport

## RESERVATION :

auprès de Renée BESSE – chèque à expédier à Jean-Pierre et Renée BESSE – les villas de la pinède n° 68 – 239, chemin de la Carraire – 83200 - TOULON

# WEEK-END dans LE HAUT-VERDON

\*\*\*\*\*

## 21 /22/23 Octobre 2011

Déplacements : voitures particulières

Hébergement : **Gîte de La Colle Saint Michel**  
Nathalie LANTUA et Bernard GRAS  
04 170 THORAME HAUTE  
Tél : 04 92 83 30 78

Places : 35 Randonneurs  
Tarif : 1/2 Pension 34 € / jour / personne

### DRAPS ET LINGE DE TOILETTE FOURNIS

Prévoir : 2 repas pique-nique - Panier repas du Gîte 6 €

Réservations : à compter de l'Assemblée Générale.

Chèque à l'inscription de 20 € à l'ordre de La GODASSE BAGNADO.

Le solde de 48 € est à verser au plus tard le 16 Octobre.

**Vendredi 21 Octobre** : Pot de bienvenue à l'arrivée.

**Samedi 22 Octobre : Randonnées - Lacs de Lignin**  
D1 (Marche longue 7h00, dénivelé 1000 m, être assidu aux premières randonnées).

Soir : Les apéritifs maison sont les bienvenus.

**Dimanche 23 Octobre** : Les Gorges de ST Pierre  
D1 (4h30, les sujets au vertige nous contacter)

Obligation : Etre à jour de la cotisation adhérent et du certificat médical.

**Responsables** : SCIANDRA Georges  
114, rue Darius Milhaud, La Caille n°6 - 83000 TOULON  
Tél. : 04 94 42 58 63

PAGEOT Pierre  
104, rue d'Alexandrie - 83200 TOULON  
Tél. : 04 94 89 59 65

