

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS

# LA GODASSE BAGNADO

*Programme du 2ème Trimestre 2025*



Montagne de Lure

Siège social : Chez Monsieur LAMBERT Marc  
35, Impasse des Amélie  
83190 OLLIOULES  
Siret : 514 673 763 000 17

Site internet : <https://lagodassebagnado.fr>

## COMITE DE DIRECTION 2024 – 2025

<b><u>PRESIDENT</u></b>	LAMBERT Marc	----	06.07.42.57.06
<b><u>VICES-PRESIDENTS</u></b>	SCIANDRA Georges	04.94.08.59.40	06.83.41.72.26
	VEYRY Christian	04.94.63.35.38	06.72.68.78.73
<b><u>SECRETAIRE</u></b>	PAGEOT Murielle	04.94.89.59.65	06.33.28.09.74
<b><u>SECRETAIRES ADJOINTS</u></b>	GONDRAN Odile	04.94.09.26.21	06.60.09.59.48
<b><u>TRESORIER</u></b>	DUCHAMP André	04.94.63.33.87	06.58.91.16.89
<b><u>TRESORIERE ADJOINTE</u></b>	PERELLO Corinne	----	06.24.97.28.27
<b><u>MEMBRES</u></b>	AUDOUARD Danielle	04.94.22.56.35	06.41.14.52.05
	BLANC Alain	----	06.44.90.31.07
	CAPALDI Pascale	04.94.22.06.82	06.79.14.79.22
	CRUVELLIER J-Marie	04.94.63.11.27	06.27.39.18.25
	LALLEMENT Alain	04.94.22.35.22	07.83.80.31.03
	OSSETTI Frédéric	----	06.21.64.05.48
	SCARSO Antoine	04.94.63.09.39	----
	TOGNETTI Richard	04.94.63.08.81	06.87.00.54.04
	TRIQUET Guy	04.89.30.82.46	06.20.88.08.73

# 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. Au cours d'une randonnée, s'il y a possibilité de baignade, elle sera placée sous la responsabilité de chacun.

Le point de rendez-vous, se fait au [Parking Orlandi 1](#) et pour « Culture pour la vie » le mardi au [Stade Piémontesi \(CRS\)](#).

**Ceux qui souhaitent se rendre directement au départ de la randonnée doivent IMPERATIVEMENT en informer l'animateur.**

## **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 49,51 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. 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.

## **DROIT A L'IMAGE**

L'adhérent autorise la diffusion de photographies prises au cours des activités ou des manifestations et sur lesquelles lui, son ou ses enfants figurent. Sous le vocable diffusion, il faut entendre : affichage dans les locaux du club, publication dans la presse locale ou autre, mise en ligne sur le site internet de l'association. Elle est révoquée à tout moment.

# 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 détrit.



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 !!





## **PROGRAMME DES ACTIVITES**

### **2ème TRIMESTRE 2025**

\*\*\*\*\*

Mercredi 26 Mars 2025 (**ATTENTION changement de lieu & de responsable de randonnée**)

#### **SORTIE LA JOURNEE – LES GORGES DU DESTEL – LE CROUPATIER**

Départ : 8h30 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1+ – Distance : 12 km – Dénivelé : 300 m  
Responsable : Jo Sciandra 06.83.41.72.26

Dimanche 30 Mars 2025

#### **BELGENTIER – LA BAUME SOURNE – VALLON DES COSTES**

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté D1++ – Distance : 14 km – Dénivelé : 500 m  
Responsables : Jo Sciandra 06.83.41.72.26 – Patrick Bonnin 06.87.57.87.62

Mardi 01 Avril 2025

#### **CULTURE POUR LA VIE – SIX FOURS – NOUVEAU PARC DE LA MEDITERRANEE – BATTERIE DU CAP NEGRE**

Départ : 13h45  
Responsable : Alain Blanc 06.44.90.31.07

Mercredi 09 Avril 2025

#### **LA SEYNE - JANAS**

Départ : 13h30  
Responsable : Alain Blanc 06.44.90.31.07

Dimanche 13 Avril 2025

#### **LE THORONET**

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 16 km – Dénivelé : 200 m  
Responsables : Alain Lallement 07.83.80.31.03 – Corinne Perello 06.24.97.28.27 – Frédéric Ossetti 06.20.64.05.48

Mardi 15 Avril 2025

#### **CULTURE POUR LA VIE – CALANQUE DE FIGUEROLLES ET PARC DU MUGEL**

Départ : 13h45  
Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Mercredi 23 Avril 2025

**SORTIE LA JOURNEE – LES BONNES HERBES – CHATEAUVALLON**

Départ : 9h00 – Durée : 4h30 – Difficulté : D1 – Distance : 10 km – Dénivelé : 300 m  
Responsables : Pascale Capaldi 06.79.14.79.22 – Alain Blanc 06.44.90.31.07

Dimanche 27 Avril 2025

**SORTIE CULTURELLE ET RANDONNEE URBAINE EN ARLES**

Départ : 7h00 – Détail de la journée diffusé dans le précédent programme.  
Responsables : Alain Lallement 07.83.80.31.03 – Marc Lambert 06.07.42.57.06

Mardi 29 Avril 2025

**CULTURE POUR LA VIE – LES GRES DE SAINT-ANNE**

Départ : 13h45  
Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Jeudi 01 Mai 2025

**SORTIE A LA JOURNEE – CALANQUE – FALAISE DU DEVENSON (Difficile)**

Départ : 7h30 – Durée : 5h30 – Difficulté : D2 – Distance : 14 km – Dénivelé : 550 m  
Responsable : André Duchamp 06.58.91.16.89

Mercredi 07 Mai 2025

**SORTIE A LA JOURNEE – BELGENTIER – VALLON SAINT-MICHEL – LES APIES**

Départ : 8h00 – Durée : 4h30 – Difficulté : D1 – Distance : 12 km – Dénivelé : 450 m  
Responsables : André Duchamp 06.58.91.16.89 – Pascale Capaldi 06.79.14.79.22

Dimanche 11 Mai 2025

**LA CIOTAT – L'ILE VERTE – TRAIN & BATEAU – **Inscription obligatoire** – Détail de la journée en annexes.**

RDV : 7h30 à la gare d'Ollioules – Durée : 4h30 – Difficulté : D1 – Distance : 12 km –  
Dénivelé : 0 m  
Responsables des inscriptions : Marcelle Cruvellier 07.83.06.45.91 – Murielle Pageot  
06.33.28.09.74  
Responsables des randonnées : Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25 – Pierre Pageot  
06.08.11.01.01

Mardi 13 Mai 2025

**CULTURE POUR LA VIE – LA CADIERE**

Départ : 13h45  
Responsable : Danielle Audouard 06.41.14.52.05

Mercredi 21 Mai 2025

**SORTIE LA JOURNEE – LA GARDE VISITE CULTURELLE LE MATIN (visite guidée gratuite, chapelle romaine, fontaines, placette, lavoirs, pigeonniers etc...)  
ENSUITE DIRECTION LE PRADET – PIQUE-NIQUE ET RANDONNEE A LA MINE GARONNE L'APRES-MIDI –**

**Inscription obligatoire et limité à 25 personnes**

Départ : 7h45 – Durée : 2h30 (visite de la ville) – Difficulté : D1

L'après-midi randonnée – Durée : 3h00 – Difficulté : D1 – Distance : 10 km

Responsables des Visites & de la Randonnée : Nicole Pandiscia 06.83.08.16.76 – Patrick Bonnin 06.87.57.87.62

Responsable des inscriptions : Murielle Pageot 06.33.28.09.74 - 04.94.89.59.65

Samedi 24 Mai 2025 (en remplacement du Dimanche 25 Mai 2025 Fête des Mères)

**MAZAUGUES – LE MOURRE D'AGNIS**

Départ : 8h00 – Durée : 5h30 – Difficulté : D1 – Distance : 14 km – Dénivelé : 500 m

Responsables : Pascale Capaldi 06.79.14.79.22 – André Duchamp 06.58.91.16.89

Mardi 27 Mai 2025

**CULTURE POUR LA VIE – SORTIE A LA JOURNEE – Pique-nique des participants et des animateurs.**

Départ et lieu à déterminer.

Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Lundi 02 Juin 2025

**REUNION DU COMITE DE DIRECTION – Préparation Assemblée Générale**

A 18h30 à la Salle Eugène Baldi

Mercredi 04 Juin 2025

**SORTIE A LA JOURNEE – LE REVEST - LES SOURCES DE LA RIPELLE**

Départ : 9h15 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 10 km – Dénivelé : 350 m

Responsable : Evelyne Tonietto 06.04.41.91.19

07, 08 & 09 Juin 2025

**SEJOUR DE PENTECOTE DANS L'AVEYRON – LAGUIOLE**

Détail du séjour diffusé dans le précédent programme.

Responsable des inscriptions : Murielle Pageot 06.33.28.09.74

Responsables des randonnées : Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25 – Pierre Pageot 06.08.11.01.01

Dimanche 15 Juin 2025

**REDORTIER LE CONTADOUR – MONTAGNE DE LURE – PAYS DES LAVANDES**

Départ : 7h00 – Durée : 5h30 – Difficulté : D1 – Distance : 14 km – Dénivelé : 350 m

Un itinéraire routier sera distribué au départ d'Ollioules.

Responsables : Marcelle et Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25

Samedi 21 Juin 2025

**ASSEMBLEE GENERALE DE LA GODASSE BAGNADO**

Salle Brémond à Ollioules à 17h00 – Venez nombreux

Pour le pot de l'amitié, ne pas oublier votre verre.

Dimanche 22 Juin 2025

**REPAS DE FIN DE SAISON RESTAURANT « LOU PITCHOUN » A SOLLIES-PONT  
CONCOURS DE BOULES LE MATIN – REMISE DES RECOMPENSES – REPAS**

**SUR RESERVATION** (Déroulement de la journée, détail du menu à choisir en annexes)

Responsable des inscriptions : Murielle Pageot : 06.33.28.09.74 / 04.94.89.59.65

Lundi 23 Juin 2025

**REUNION DU COMITE DE DIRECTION – ELECTION DU NOUVEAU BUREAU  
SAISON 2025-2026**

A 18h30 à la Salle Eugène Baldi

24 Juin au 30 Juin 2025

**SEJOUR MONTAGNE – AU GIOBERNEY – VALLEE DU VALGAUDEMAR**

Responsable : Jo Sciandra 06.83.41.72.26



## PRÉVISIONS 3<sup>ème</sup> & 4<sup>ème</sup> Trimestre 2025

- Forum des Associations au Stade Piémontesi à Ollioules le dimanche 07 septembre 2025.
- Séjour en Corse, suite du Désert des Agriates du 18 Septembre au 22 Septembre 2025. (Détail du séjour déjà diffusé).
- Week-end montagne dans le sud de l'Isère, le Trièves du 03 au 05 octobre 2025.
- Sortie culturelle en Italie à Sanremo, mi-octobre 2025.

### NOTA :

- Tous les départs se font du Parking Orlandi 1. Pour les sorties en autocar ou le rendez-vous était devant l'office de tourisme est supprimé pendant la durée des travaux sur 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 0,20 € 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 DIFFICULTÉS 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.

# L'ILE VERTE A LA CIOTAT

DIMANCHE 11 MAI 2025

Rendez-vous à 7h30 devant la gare d'Ollioules-Sanary.

Départ en train jusqu'à la gare de la Ciotat.

A la descente du train, randonnée de 4,5 km jusqu'au port de la Ciotat.

Arrivée au Port, départ pour l'Ile Verte en bateau.

A midi pique-nique sorti du sac. Randonnée de 3 km sur l'Ile Verte.

Retour au port de la Ciotat en bateau et randonnée de 4,5 km sur la Voie Douce jusqu'à la gare de la Ciotat.

Arrivée en gare d'Ollioules-Sanary entre 17h30/18h00.

Coût de la journée, train + bateau : 19 €

Réservation (obligatoire) dès parution du programme.

Responsables des réservations Marcelle Cruvellier 07.83.06.45.91 & Murielle Pageot. 06.33.28.09.74

Responsables de la randonnée : Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25 & Pierre Pageot 06.08.11.01.01



# Association des Randonneurs Ollioulais "la Godasse Bagnado"



## REPAS DE FIN DE SAISON

**Dimanche 22 juin 2025**

**RESTAURANT LOU PITCHOUN**

**1 place Général de Gaulle**

**83210 SOLLIES-PONT**

**RDV Pétanque à partir de  
9h00 au Boulodrome de Sollies-Pont  
Remise des récompenses à 11h30**

**MENU : Prix : 30 €**

### APERITIF

**Kir – Tartinades et ses légumes**

### PLATS A CHOISIR

**Tartare de Bœuf Italien**

**Frites maison**

**(Tomates confites, parmesan au pesto)**

**Ou**

**Daube de Poulpe et sa sauce Aïoli**

**Pomme de terre**

**Ou**

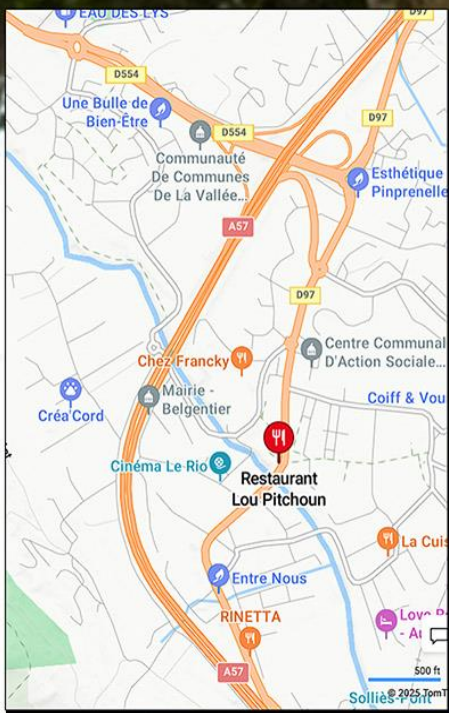
**Sauté de Veau à la Corse (Figatelli)**

**Polenta crémeuse**

### DESSERTS

**Assiettes de gourmandises**

**¼ de Vin et café/thé ou infusion**



**Inscriptions auprès de :**

**Murielle Pageot : 104 rue d'Alexandrie – 83200 Toulon**

**Réservations par téléphone :**

**04.94.89.59.65/06.33.28.09.74, par SMS ou par mail :**

**murielle.pageot@laposte.net**

**Chèques par courrier au nom de la Godasse Bagnado**

**Les inscriptions ne sont définitives**

**qu'accompagnées du chèque.**



# Association des Randonneurs Ollioulais La Godasse Bagnado

Chez Mr M. Lambert 35, impasse des Amélie 83190 OLLIOULES

## CONVOCAATION

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

**Le Samedi 21 juin 2025 à 17h00 à la Maison des Anciens – Ollioules**

Votre présence étant indispensable aux décisions à prendre, si vous ne pouvez y assister, merci de vous faire représenter par l'adhérent de votre choix en remplissant et en lui remettant le pouvoir ci-joint.

### ORDRE DU JOUR

- Accueil et remerciements aux élus présents,
- Lecture du rapport moral par le président questions et vote,
- Lecture du rapport des activités par les différents responsables questions et vote,
- Lecture du rapport financier par le trésorier questions et vote,
- Cotisations, questions diverses,
- Renouvellement du Comité de Direction,
- Invitation au pot de l'amitié.

---

### DEMANDE DE CANDIDATURE :

Je soussigné (nom & prénom) : ..... adhérent à la GODASSE BAGNADO depuis au moins un an, est candidat au Comité de Direction.

*Partie à détacher*

---

### POUVOIR

Je(nous)soussigné(e)(s) .....

Donne (ons) mon (notre) pouvoir à Mr ou / et Mme .....pour me (nous)représenter lors de l'Assemblée Générale de notre association des Randonneurs Ollioulais « LA GODASSE BAGNADO » qui aura lieu le samedi 21 juin 2025.

Dater et signer, précédé de la mention « bon pour pouvoir », (pour les couples deux signatures).