

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAI

LA GODASSE BAGNADO

Programme du 1^{er} Trimestre 2026

2026
Meilleurs vœux pour cette nouvelle année
et de belles randonnées



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 2025 – 2026

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



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 1er TRIMESTRE 2026

Dimanche 11 Janvier 2026

GALETTE DES ROIS ET TOMBOLA au Foyer des Anciens d'Ollioules à **17h30.**

Galettes des rois et boissons offertes par le club.

A vous d'apporter et de nous faire partager vos spécialités salées

Dimanche 18 Janvier 2026

**PIECES DE THEATRE « LES ARISTOQUEUSES » et « JE SUIS TA MERE »
Au profit du TELETHON par LA COMPAGNIE ROULEZ JEUNESSE – Salle
des fêtes d'Ollioules – Entrée 10 € entièrement reversée à l'AFM
TELETHON – Venez nombreux – Parlez-en autour de vous - Une boisson
offerte – Apportez vos spécialités sucrées. (Voir affiche en annexes)**

Début du spectacle : 15h30

Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Mardi 20 Janvier 2026

CULTURE POUR LA VIE – JANAS – FORT PEYRAS

Départ : 13h45

Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Dimanche 25 Janvier 2026

ROCBARON – LA CHABOURGUE

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 13 km – Dénivelé : 314 m

Responsables : Corinne Perello et Frédéric Ossetti 06.24.97.28.27 – André Duchamp 06.58.91.16.89

Mercredi 28 Janvier 2026

SORTIE A LA JOURNEE – LA SEYNE – JANAS

Départ : 10h00 – Durée : 4h00 – Difficulté : D1 – Distance : 9 km

Responsables : Alain Blanc 06.44.90.31.07 – Pascale Capaldi 06.79.14.79.22

Mardi 03 Février 2026

CULTURE POUR LA VIE – GIENS – LA ROUTE DU SEL

Départ : 13h45

Responsable : Richard Tognetti 06.87.00.54.04

Dimanche 08 Février 2026

AUBAGNE – LE PLATEAU DE LANGUILARD

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 12 km – Dénivelé : 500 m
Responsables : Pascale Capaldi 06.79.14.79.22 – André Duchamp 06.58.91.16.89

ANNULÉE - REPROGRAMMÉE DIMANCHE 15 FÉVRIER 2026

Mercredi 11 Février 2026

RANDONNÉE/CREPES – OLLIOULES – LE GROS CERVEAU – LE TOUR D'HUGUENEUVE

Départ : 13h30 – Durée : 3h00 – Difficulté : D1 – Distance : 5 km
Apportez des crêpes, confitures, miel etc... goûter à partager après la randonnée.
Cidre offert par le club.
Responsables : Alain Blanc 06.44.90.31.07 – Murielle Pageot 06.33.28.09.74

Mardi 17 Février 2026

CULTURE POUR LA VIE – TOURRIS – LES FOURMIS – LES GROTTES DE SABLE

Départ : 13h45
Responsables : Evelyne Tonietto 06.04.41.91.19 – Marc Lambert 06.07.42.57.06

Dimanche 22 Février 2026

BORMES LES MIMOSAS – SORTIE MIMOSAS – LE TRAPAN – LA VERRERIE

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 14 km – Dénivelé : 200 m
Responsables : Richard Tognetti 06.87.00.54.04 – Christian Veyry 06.72.68.78.73

Mercredi 25 Février 2026

SORTIE A LA JOURNÉE – TOULON – LE COUDON

Départ : 09h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 10 km – Dénivelé : 500 m
Responsables : Alain Blanc 06.44.90.31.07 – Pascale Capaldi 06.79.14.79.22

Mardi 03 Mars 2026

CULTURE POUR LA VIE – LA CIOTAT BORD DE MER

Départ : 13h45
Responsable : Richard Tognetti 06.87.00.54.04

06, 07 et 08 Mars 2026

SEJOUR RAQUETTES – LE MONETIER LES BAINS – GITE DES GUIBERTES

Détail du week-end en annexes
Responsables Randonnées : Jo Sciandra 06.83.41.72.26 / 04.94.08.59.40
Réservations : Murielle Pageot 06.33.28.09.74 / 04.94.89.59.65

Dimanche 08 Mars 2026

LA LONDE – L'ARGENTIERE – L'ESTAGNOL

Départ : 08h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 10 km
Responsables : Alain Blanc 06.44.90.31.07 – Pascale Capaldi 06.79.14.79.22

Mercredi 11 Mars 2026

SORTIE A LA JOURNEE – CHATEAU VALLON – LE BROUSSAN

Départ : 08h30 – Durée : 5h30 – Difficulté : D1 – Distance : 13 km – Dénivelé : 500 m
Responsable : Alain Duchamp 06.58.91.16.89

Samedi 14 Mars 2026 (Election Municipale Dimanche 15 mars 2026)

RAMATUELLE – VISITE CULTURELLE ET RANDONNEE – SUR LES TRACES DES RESISTANTS

Départ : 7h30 – Détail de la journée en annexes
Responsables : Marcelle et Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25

Mardi 17 Mars 2026

CULTURE POUR LA VIE – LE BRUSC – LE GAOU

Départ : 13h45
Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Samedi 21 Mars 2026 (Election Municipale Dimanche 22 mars 2026)

LA SAINTE-BAUME – LE PARADIS

Départ : 07h30 – Durée : 5h30 – Difficulté : D1 – Distance : 13 km – Dénivelé : 600 m
Responsables : André Duchamp 06.58.91.16.89 – Pascale Capaldi 06.79.14.79.22

Mercredi 25 Mars 2026

SIGNES – LE PLATEAU – DANJEAN

Départ : 13h30
Responsable : Alain Blanc 06.44.90.31.07

Dimanche 29 Mars 2026

SAINT-ZACHARIE – LES SOURCES DE L'HUVEAUNE

Départ : 08h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 13 km – Dénivelé : 250 m
Responsables : Evelyne Tonietto 06.04.41.91.19 – André Duchamp 06.58.91.16.89

Mardi 07 Avril 2026

CULTURE POUR LA VIE – LA SEYNE – FORT DE BALAGUIER

Départ : 13h45
Responsable : Marc Lambert 06.07.42.57.06

Dimanche 12 Avril 2026

MONFORT SUR ARGENS – CORRENS

Départ : 8h00 – Durée : 5h00 – Difficulté : D1 – Distance : 12 km – Dénivelé : +- 220 m
Responsable : Christian Veyry 06.72.68.78.73

PRÉVISIONS 2^{ème} & 3^{ème} Trimestre 2026

- Séjour Pentecôte du 23 au 25 mai 2026 à Bolquère, Pyrénées-Orientales.
(Détail du séjour en annexes)
- Assemblée générale le samedi 20 Juin 2026.
- Repas de Fin de Saison le dimanche 21 Juin 2026.
- Séjour Montagne sur le Chemin de Stevenson du 22 Juin au 04 Juillet 2026.
- Séjour en Corse, du 17 Septembre au 20 Septembre 2026.
(Détail du séjour à venir).
- Séjour dans le Golfe du Morbihan.

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.



ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLIOUOLAI
« LA GODASSE BAGNADO »



DIMANCHE 18 JANVIER 2026
À 15h30

SALLE DES FÊTES D'OLLIOULES
Avenue Anatole France

ENTREE 10 € Avec boissons offertes par le club

La Compagnie "Roulez Jeunesse"

Lydia, Marie-Thérèse, Martine, Elizabeth,
Bernadette, Marie-Annick, Marie Claude et patrick



TELETHON
INNOVER POUR GUERIR

Informations:
06 07 42 57 06

LES ARISTOQUEUSES
DE MONIQUE DECOUSTAL

JE SUIS TA MÈRE
DE CHRISTIAN ROSSIGNOL



MISE EN SCÈNE LYDIA

Somme totalement reversée au profit du Téléthon

WEEK-END RAQUETTES A LE MONETIER-LES-BAINS

VILLAGE DES GUIBERTES – HAUTES ALPES

DU 06 AU 08 MARS 2026

Déplacement : voitures particulières (équipement obligatoire chaînes ou pneus neige ...)

Hébergement : Gite d'étape des Guibertes « Maison vers les Cimes »
Les Guibertes, Rue de Labessia - 05220 Le Monêtier-les-Bains Tél : 04.92.24.41.11

Places : 15 randonneurs

Tarifs : ½ pension 58 € / par jour et par personne (taxe de séjour 1€ comprise)

Règlement : deux chèques de 57 € chacun à l'inscription à l'ordre de **LA GODASSE BAGNADO**. Le premier chèque sera encaissé avant le séjour et le second chèque sera encaissé après le séjour.

Services du Gîte :

- Couchage en dortoir, lit 1 personne.
- Draps et couettes fournis (lits non faits à l'arrivée).
- Linge de toilette non fournis.
- Vin est en supplément (bouteille entre 12 € et 18 €).
- Pique-nique 10 € à préciser lors de l'inscription.
- Un bar avec tireuse à bière, bière locale et autres sont proposés, donc pas de possibilité d'apporter l'apéritif.

Equipement personnel : vêtements chauds, bonnet, gants, guêtres, chaussures raquettes
Où de randonnée, stick lèvres, lunettes de soleil, crème solaire...

NE PAS OUBLIER : vos bâtons de randonnée avec les coupelles à neige

Randonnée du Samedi 07 Mars 2026 : « La cime des Conchiers ». Départ de Le Monêtier-Les-Bains. Distance 6 km, dénivelé +- 400 m.

Randonnée du Dimanche 08 Mars 2026 : « Le Bois des Bergers ». Départ du Village du Casset. Distance 6 km, dénivelé 145 m.

Les randonnées ainsi que les lieux pourront être modifiés selon l'enneigement et la météo du moment.

Itinéraire : départ d'Ollioules, Autoroute A51 direction Aix-en-Provence, Sisteron, Tallard, Chorges, Embrun, L'Argentière-La-Bessée, Briançon, direction Monêtier-Les-Bains, Saint-Chaffrey, La Salle-Les Alpes, Le Freyssinet et le village des Guibertes se trouve à 2,6 km avant Le Monêtier-Les-Bains. (A peu près 3h55 - 319 km)

Heure d'arrivée conseillée : entre 17h30 et 18h00 au gite.

Responsable du séjour pour les randonnées : Georges Sciandra – 114 rue Darius Milhaud – La Caille N°6 – 83000 TOULON – Tél : 06.83.41.72.26 / 04.94.08.59.40.

Responsable du séjour pour les réservations : Murielle Pageot – 104 rue d'Alexandrie 83000 TOULON – Tél : 06.33.28.09.74 / 04.94.89.59.65

Réservation : dès parution.

Sortie Rando/Culturelle à Ramatuelle

« Sur les traces des Résistants »

Départ : Le Samedi 14 Mars 2026.

Ollioules parking Orlandil à 7h30 pour Ramatuelle.

Le matin : Conférence en salle et peut-être visite de la cave vinicole (très renommée pour son vin rosé).

Le midi : Pique-nique tiré de votre sac.

L'après-midi : Petite randonnée sur bon chemin et asphalté, environ 5 km A/R pour le site d'accostage des sous-marins durant la guerre 39/45 et retour à la coopérative.

Responsables : Marcelle et Jean-Marie Cruvellier 06.27.39.18.25

SEJOUR DE PENTECOTE 2026

LES 23/24/25 MAI 2026

Cette année, c'est dans les Pyrénées, tout près de MONT-LOUIS, de FONT ROMEU et d'ODEILLO célèbre pour son four solaire avec ses 50 m de hauteur, 60 m de large et 20 m de profondeur mis en service en 1969. Sa puissance thermique est de 1 mégawatts. Que nous vous proposons cette année pour notre week-end de PENTECOTE.

DEBUT DU SEJOUR

- 49 participants maximum. Prévoir pique-nique pour le samedi midi.
- **Sac ou glacière à garder dans le bus.**
- Coût du séjour 150 Euros par personne – supplément chambre individuelle 22 euros par nuit et par personne soit 44 euros.
- Ce prix comprend l'hébergement au centre TERNELIA « Le CHALET du TICOU » à BOLQUERE 66210 en pension complète – draps et couvertures fournis et taxe de séjour.
- Paiement en 2 fois par moitié – à l'inscription et le complément avant le 26 Avril.

PROGRAMME DU SEJOUR

Samedi 23 Mai 2026 – Départ 6h30 Parking ORLANDI.

- A midi pique-nique tiré du sac à PERPIGNAN.
- Après-midi visite de PERPIGNAN guidé ou en petit train.

Dimanche 24 Mai 2026 – Randonnée de la journée.

- Départ pour Pyrénées 2000 en bus et randonnée vers le Lac des Bouillouses par le Col de Pam et retour par les Lacs Llog, Négre, Estany et de Pradella.
- Durée 5h30 environ – Dénivelé + et – 350m D 1.

Lundi 25 Mai 2026 – Petite randonnée au départ du CHALET aux environs, 2h30 et retour au CHALET du TICOU

- Et vers 14h00 Départ et retour sur OLLIOULES.

RESPONSABLES DU SEJOUR ET DES INSCRIPTIONS

Marcelle et Jean-Marie CRUVELLIER Tél : 06 27 39 18 25

Adresse pour l'envoi des chèques : 257 Chemin du Castellas 83190 OLLIOULES