



## G.R SAINT TRONC

### PROGRAMME DES RANDONNEES DES MOIS DE NOVEMBRE ET DECEMBRE 2014

(Sous réserve des conditions météo compatibles avec la rando)

**RENDEZ-VOUS à : 8 h 45**

<b>P1</b> : Sentier facile	<b>T1</b> : En balcon + rochers
<b>P2</b> : Dénivélations fréquentes	<b>T2</b> : Ressauts rocheux.
<b>P3</b> : Eboulis. Pente importante	<b>T3</b> : Câbles ou Chaine

Dates	Anim,	Randonnées	KM	Dénivelé	Difficulté
03/11/14	Richard	<b>ROUGIERS</b> Parking : Rougiers (AR 85 Km) Ruine du château, les Plaines, la Colle de Vente, Aire de pique nique, Retour vers Rougiers	13 4 H 1/2	310 DC 570	P 2
10/11/14	Daniel	<b>PICHAURIS - PUIITS DE L'AROUMI</b> Parking: Auberge de Pichauris ( AR :46 Km ) Château de Ners- Les Grands Chênes - Puits de l' Aroumi	12 4 H	400 DC 640	P2/T2
Samedi 15-nov-14	Richard	<b>RANDO A. V . H : PLATEAU DU REGAGNAS</b> Rendez vous à 9 H place castellane.	10		P 1
17/11/14	J.Pierre	<b>TÊTE DU DOUARD - SOMMET.</b> Parking:CoulinR.N 8.(A.R/ 42 Km ) Montée au sommet de le Tête du Douard (496 m) Retour par les Quatre Termes	12,5 4 H	330 DC 720	P1 +
Jeudi 20-nov-14	J.Pierre Richard	<b>RANDO PLUS - CUVES DE DESTREL</b> <b>OU : ROUSSARGUE (suivant la météo)</b>	7 15,2	400 1053	P1/T3 P3/T2
24/11/14	Camille	<b>TITOU NINOU PAR LES WALKYRIES</b> Parking: Callelongue (AR : 26Km) Par: Le Plan des Cailles- Têtes de Malvallon - Plateau de l'Homme Mort -Titou Ninou Cirque des Walkyries.	12,5 4 H 1/2	360 DC 950	P2/T2
01/12/14	Daniel	<b>SAINT JEAN DU PUY - JOURNEE Grillades</b> Parking :St Jean du Puy (AR: 81km) Petite rando à partir du Pas de la Couelle vers l'Hermitage: environ 2,5 Km <b>Apporter son couvert - Repas acheté en commun - (Voir le compte rendu)</b>	5 2 h	110 DC 165	P 1
08/12/14	Camille	<b>LES ESCAMPONS - COL DE SUGITON- JOURNEE TELETHON</b> Parking: Luminy ( AR 15 Km ) Luminy- Les Crêtes- Col de Morgiou- Les Escampons- Col de Sugiton- Repas sous la Falaise des Toits- Retour vers Luminy	11 3 H 45	125 DC 570	P2
Jeudi 11-déc-14	J.Pierre	<b>RANDO PLUS : CRETES DE SAINTE VICTOIRE</b> Voir la FIR.	14,5 5 H	DC 1100	
15/12/14	J.Pierre	<b>CALANQUE DE MORGIOU - CALANQUE DE SUGITON</b> Parking: Les Baumettes (AR 15 Km) Col de Morgiou- Les Escampons- Calanque de Morgiou - Calanque de Sugiton.	12 4 H 1/2	360 Dc 950	P2/T2

**Pour votre sécurité, la majorité des chemins que nous empruntons étant très caillouteux : le port de chaussures de randonnées (tige haute) est obligatoire.**

# JOYEUSES FÊTES

## G.R Saint Tronc

### Compte rendu de la réunion du bureau du 15/10/2014

La réunion a commencé à 14h30, en présence de Michel ANTRAS, Daniel ARMAND, Richard GIBELLI, J-p GIRAUD, Mireille MAUGER et Camille VITIELLO.

#### Effectif du club

Actuellement 46 personnes sont inscrites mais seize n'ont pas encore fourni le certificat médical. Sept autres n'ont pas encore renouvelé leur adhésion.

Mme ARCANA Marcelle, ancienne adhérente, revient pour marcher avec le groupe des Pas pressés.

#### Rapport financier

Daniel nous informe du dépôt de sa demande de subvention auprès du Conseil Général ainsi que de la situation de notre trésorerie. Nous discutons de la possibilité de financer des stages de formation pour nos "jeunes" recrues.

#### Immatriculation tourisme

Longues réflexions et discussion sur cette nouvelle contrainte légale (très contraignante) relative à l'organisation de séjours, tels ceux que nous faisons en septembre. Aucune décision n'a été prise.

#### Rando avec l'AVH samedi 15/11

C'est Richard qui en est le responsable: destination, la vigie du Régagnas. Rendez-vous à 9H à Castellane. Comme toujours nous manquons d'accompagnateurs et de voitures. Faites-vous connaître auprès de Richard.

#### Collecte de la Banque Alimentaire des 28 et 29/11

Hélas! "La crise" est toujours là, peut-être pour encore plus de personnes. La BA a besoin de "bonnes volontés" pour aider au tri des denrées déversées par camions entiers pendant ces 48h. Soyons nombreux à répondre "présent". Un petit effort une fois par an, ne serait-ce que pour se donner bonne conscience....

#### Grillades à St Jean du Puy le 01/12

Notre célèbre repas annuel se déroulera comme d'habitude à St Jean du Puy. Les sportifs auront à cœur de creuser leur estomac (ça fait plus de place pour le repas) en laissant les voitures au Pas de la Couelle. Les moins chanceux stationneront au parking proche du lieu des festivités.

Comme toujours, les grillades, fromages et fruits seront achetés à St Zaccharie (avec participation financière de chacun). Mais toutes et tous êtes invités à faire marcher votre imagination pour nous surprendre sur le plan gustatif de vos amuse-gueule ou desserts. Toutefois, soyez raisonnables sur les quantités : ni le gaspillage ni l'indigestion ne sont souhaitables. **N'oubliez pas votre couvert.**

Ah ! Encore un rappel: seule l'eau est indispensable. Mais si certains ont d'autres affinités....

#### Rando pour le Téléthon le 8/12

On va encore aux Escampons parce que c'est pratique: l'appareil photo est déjà réglé et la banderole cachée dans une anfractuosité rocheuse. On espère y retrouver nos amies des Pas-pressées pour le déjeuner. Camille récupèrera nos généreuses participations sous forme de chèques libellés à l'ordre de "AFM Téléthon". Ce qui ne l'empêchera pas de nous vendre aussi ses petits rubans.

En cas d'empêchement ce jour-là, vous pourrez donner vos dons à Camille lors de la rando suivante.

#### Infos pratiques

- Corsica ferries: tarifs intéressants avec la carte de licencié. Voir précisions sur le blog.
- Le vieux Campeur: -15% sur tout l'équipement d'hiver jusqu'au 24/10.
- Boutique EXPÉ (cours Lieutaud): -10% sur présentation de la licence.
- 

La séance est levée à 17h30.