



RANDONNEURS SAINT MARTINOIS

R.V. : Place François Mitterrand, Saint-Martin De Crau

Calendrier **Printemps 2025**

Jour Date Heure	Nom et Lieu de la randonnée	Niveau (Facile - Moyen - Difficile)	Durée Dénivelé Distance	Trajet AR (km) Coût véhicule Péage	ANIMATEURS
		Commentaires			
Mercredi	Le Vallon de la Lègue Le Planet	Moyen	3 h30	38 km	Hélène
2-avr. 2025			320 m	8 €	Dominique
13h30			10km800	€	Ghyslaine
Dimanche	Aureille Font Paradis	Difficile	6 h	34 km	Christiane
6-avr. 2025			275 m	7 €	Véronique
8h30			16 km700	€	Dominique
Mercredi	Rocher des 2 trous Pas de l'aigle Saint Rémy de Provence	Moyen	4 h	40 km	Christiane
9-avr. 2025		Passages aeriens	350 m	8 €	Michel
13h30		Chemins caillouteux	10 km	€	Ghyslaine
Dimanche	Mont du Vaucluse Rocher des abeilles Saignon	Moyen	5 h	170 km	Gilles
13-avr. 2025			380 m	34 €	Hélène
8 h			12 km500	€	
Samedi 12 et dimanche 13 Avril 2025	Séjour à Beaumes-de-Venise				
Mercredi	Les 4 Cantons Les Baux de Provnece	Facile	3 h	30 km	Christiane
16-avr. 2025			200 m	6 €	Françoise
13h30			10 km	€	Ghyslaine
Mercredi	Du lac du Peyrou au gaudre de Valample Saint Rémy de Provence	Facile	3h00	40 km	Dominique
23-avr. 2025			200 m	8 €	Hélène
13h30			7,5 km	€	
Dimanche	Le tour des Opies	Difficile	6h00	44 km	Dominique
27-avr. 2025		Passages difficiles	420 m	9 €	Béatrice
8h30			16 km	€	
Mercredi	Mont Menu Eyguères	Moyen	4 h	45 km	Hélène
30-avr. 2025			300 m	9 €	Dominique
10h			12km400	€	
Dimanche	Roussillon	Moyen	5 h	130 km	Françoise
4-mai 2025			300 m	26 €	Michel
8h			15km600	€	
Mercredi	Mas de la guerre Les Baux de Provence	Facile	3 h 30	34 km	Dominique
7-mai 2025			250 m	7 €	Christiane
13h30			10 km	€	Ghyslaine
Du 12 au 17 Mai 2025	Séjour en Aveyron				
Mercredi	Le chemin de la Baume Brignolle	Moyen	3 h40	30 km	Hélène
14-mai 2025		Quelques sentiers rocaillieux sur pente raide	360 m	6 €	
13h30			9km	€	
Mercredi	Notre Dame du Château Saint Etienne du Grès	Moyen	3 h30	60 km	Françoise
21-mai 2025			260 m	12 €	Michel
13h30			12 km	€	
Dimanche	Vallon de Mion Rognac	Moyen	5 h	96 km	Françoise
25-mai 2025		Descentes caillouteuses	160 m	20 €	Christiane
9h			13km500	€	
Mercredi	Font de l'orme Mérindol	Moyen	4h30	88 km	Dominique
28-mai 2025			450 m	18 €	Christiane
9h			11 km	€	
Dimanche	Vernègues	Moyen	5 h	80 km	Hélène
1-juin 2025			330 m	16 €	Ghyslaine
9h			13km200	€	

Vos animateurs :

Ghyslaine 04 90 43 83 09 / Hélène 04 90 47 14 99 / Christiane 06 31 57 05 57 / Françoise 06 24 71 50 94 /
 Gilles 06 19 61 83 01 / Geneviève 06 10 85 43 06 / Michel 07 77 97 45 63 / Dominique 06 83 82 73 82



RANDONNEURS SAINT MARTINOIS

R.V. : Place François Mitterrand, Saint-Martin De Crau

Calendrier **Primtemps 2025**

Jour Date Heure	Nom et Lieu de la randonnée	Niveau (Facile - Moyen - Difficile)	Durée Dénivelé Distance	Trajet AR (km) Coût véhicule Péage	ANIMATEURS
		Commentaires			
Mercredi	Sortie Plage Napoléon Port Saint Louis du Rhône Précisions à venir		h	km	
4-juin 2025			m	0 €	
h			km	€	
Dimanche	Le Rove Le Grand Méjean	Moyen	5 h	120 km	Gilles
8-juin 2025			350 m	24 €	Hélène
8h30			13km500	€	
Dimanche	Journée à L'isle sur la Sorgue Précisions à venir (la journée pourrait être programmée le samedi)		h	km	
15-juin 2025			m	0 €	
h			km	€	
	Au programme de l'automne Du 6 au 9 Octobre - Séjour dans l'Estérel				

Définition des Niveaux

- Facile :** Parcours inférieur à **12 Km** et/ou Dénivelé inférieur à **300 m**.
- Moyen** Parcours entre **12 et 16 Km** et/ou Dénivelé entre **300 et 500 m**.
- Difficile** Parcours supérieur à **16 Km** et/ou Dénivelé supérieur à **500m**.

Vos animateurs :

Ghyslaine 04 90 43 83 09 / Hélène 04 90 47 14 99 / Christiane 06 31 57 05 57 / Françoise 06 24 71 50 94 /
 Gilles 06 19 61 83 01 / Geneviève 06 10 85 43 06 / Michel 07 77 97 45 63 / Dominique 06 83 82 73 82