

# UNION CYCLISTE ET PEDESTRE LONDAISE

## RANDONNEES PEDESTRES PROGRAMME- MARS -AVRIL 2020

Tous les départs se font du parking place du Marché devant la salle du  
Chêne et de l'Olivier – départ : Mars 8h30, à partir d'Avril 8h

Sorties en caractères gras : journée avec pique-nique

**Lundi 2 mars : L'Oppidum de la Bouisse – La Navarre : 13,5km - 350 de dénivelé - 5h de marche de  
niveau P1-T1 – déplacement : 35kmAR**  
-----

**Lundi 9 mars : La Ste Baume – le St Pilon – la Grotte ste Madeleine : 15kms – 830m de dénivelé – 6h  
de marche de niveau P2/T2 - Déplacement : 125km AR**  
-----

Lundi 16 mars : L'Adrech de Martin – Les Borrels : 10km – 280m de dénivelé – 3h de marche de niveau  
P1-T1 – Déplacement : 25km AR  
-----

**Mercredi 18 au vendredi 20 mars : séjour Estérel-Lérins**

**Le 18/3 : les crêtes des Grues au départ de Théoule : 13km – 5h – 550m de dénivelé- P2-T1**

**Le 19/3 : matin - l'île de St Honorat : 3,5km – 2h de marche –P1T1**

**Après-midi – le Cap d'Antibes : 5km – 2h30 – P1-T1**

**Le 20/3 : l'île Ste Marguerite : 8kms- 50m de dénivelé– 4h de marche-P1-T1**

**Hébergement Hotel Les Jasmins à Pégomas - Déplacement : 250 km AR**

**1/2 Pension : 64€/jour/personne – bateau : 14€ par traversée/pers.**  
-----

Lundi 23 mars : Circuit de Figuiero Rimado : 9,5kms – 280m de dénivelé – 3h de marche  
niveau P1/T1 - Déplacement : 10 km AR  
-----

**Lundi 30 mars : La Ste Victoire par Beaurecueil : 14kms - 700m de dénivelé - 5h de marche de  
niveau P2-T1 – Déplacement : 200kms A/R**  
-----

**Dimanche 5 avril : organisation de la Maurin des Maures vtt**  
-----

Lundi 6 avril : La source du Maravenne et le jas de Peou : 9,5km – 280m de dénivelé – 3h de marche de  
niveau P1-T1 – déplacement : 18 km  
-----

Lundi 13 avril Férié sortie matinale à développer  
-----

**Lundi 20 avril : Calanques de Morgiou et Sugiton par Luminy: 15km – 600m de dénivelé – 6h de  
marche de niveau P2/T1 - déplacement : 140km AR**  
-----

**Lundi 27 avril : Le lac des Escarcets – Les Mayons: 10,3km – 100m de dénivelé - 2h45 de marche de  
niveau P1-T1. Déplacement 100km**  
-----