

## AVF Cagnes sur Mer : Rando-marches du jeudi

### Planning prévisionnel de janvier à mars 2025

| Dates   | destination  | Commune             | dénivel | Km     | commentaires         |
|---|--|---------------------|---------|--------|----------------------|
| 09-janv   | Les balcons de la Cagne  | Coursegoules        | 100 m   | 7 km   |                      |
| 16-janv   | Le Mounard par Plan Buisson  | Tourrettes sur Loup | 250 m   | 7,5 km |                      |
| 23-janv   | 1/2 JP le Pré de Marthe  | Courmes             | 400 m   | 10 km  | *Galette et couronne |
| 30-janv   | Mont gros - La Loubère   | La Colle sur loup   | 200 m   | 6 km   |                      |
| 06-févr   | Camp romain du Rouret  | Le Rouret           | 230 m   | 6,5 km | rando-apéro          |
| Vacances scolaires du samedi 8 février après la classe au lundi 24 février au matin |  |                     |         |        |                      |
| 27-févr   | Le circuit du Grand duc  | Mandelieu           | 220 m   | 6,1 km |                      |
| 06-mars   | Les gorges de la Cagne   | La Gaude            | 175 m   | 3,5 km |                      |
| 13-mars   | Circuit de Saint Philippe  | Biot                | 200 m   | 8 km   |                      |
| 20-mars   | **Randonnée surprise avec les 3 groupes de Randonnée de l'AVF sur la journée |                     |         |        |                      |
| 27-mars   | Saint Verran et les Berges du Loup   | Villeneuve Loubet   | peu     | 6,5 km | rando-apéro          |

\* galette et cidre seront apportés par les animatrices et une petite participation sera demandée à chacun

\*\* plus de détails seront donnés en février

le départ se fait du parking des tennis à côté du lycée Renoir

Rendez-vous à 8 h 15 pour un départ à 8 h 30

N.B. : la rando-marche annoncée peut être modifiée ou annulée en fonction des conditions climatiques, des conditions de circulation, ou de la disponibilité de l'équipe d'animation.

En cas de modification, un mail est envoyé la veille à toute personne inscrite

**1/2JP** = demi journée prolongée avec pique-nique

Si vous ne venez pas à une randonnée, envoyez un **sms**

et uniquement un **sms** à Dominique au 06 63 04 53 57 la veille