

DATE	ACTIVITÉ	HEURE ET LIEU DE RV	DÉTAILS	PRIX
Mardi 1er	RANDONNÉE DE LA JOURNÉE ⁽²⁾ Du col du Babaou vers le sommet du Laquina, puis le Roc Rigaud et le vallon de la Gourre			1 ticket
Vendredi 4	SORTIE NATURE ⁽¹⁾	9H00 Parking Ste Musse	Journée découverte avec la visite du château D'Entrecasteaux 10 euros l'entrée (appeler rapidement pour inscription) pic nic et marche Les Colles de 4,5 kms,	1 ticket
	BALADE RAFRAICHISSANTE AU CANAL DES ARROSANTS A OLLIOULES En visite guidée	13H45 à l'office du Tourisme à Ollioules Bus 11B 13H13 à Liberté OU 13H15 voiture partagée rue Infernet	Sur le sentier réalisé le long d'une partie du canal, nous partirons pour une balade rafraîchissante au fil de l'eau entre flânerie et découverte patrimoniale, qui nous mènera à un ancien moulin entretenu avec soin : le moulin de Palisson. Distance : environ 2,5 Km. Effectif limité à 20 personnes. Inscription par assoconnect : ou à l'accueil AVF	12 €
Lundi 7	SI VOUS AVEZ ENVIE DE « CHANTER »...	10H00 - AVF	Chantons dans la bonne humeur.	1 ticket
Mardi 8	JOURNEE AUX BAUX de PROVENCE - Visite d'un moulin à huile - Repas camarguais - Exposition immersive aux carrières de Lumières	Transport bus VVS Précisions suivront	C'est une sortie à la journée démarrant par la visite d'un moulin à l'huile, suivie par un déjeuner camarguais au restaurant avec boisson. Puis nous admirerons aux carrières de Lumières: l'Egypte des Pharaons : de Khéops à Ramsès II et les Impressionnistes d'Ingres et à Delacroix Effectif limité à 15 personnes (il reste 4 places disponibles). Inscription par assoconnect : ou à l'accueil AVF	79,50 €
	RANDONNÉE DE LA JOURNÉE ⁽²⁾ Dans le massif des Maures à Pramouquier entre Cavalière et Le Rayol Canadel : Les Balcons de Pramouquier			1 ticket
Jeudi 10	SORTIE NATURE ⁽¹⁾	9H00 Parking Ste Musse	Marche à Flassans, le château de Ponteves et les Clèdes Avoir de bonnes chaussures et son pic nic.	1 ticket
	ATELIER D'ÉCRITURE	16H30 – 18H30 à l'AVF	Un atelier d'écriture ...Non ce n'est pas de la calligraphie ! Non on n'est pas à l'école pour faire une rédac ou une dissert ! On vient là pour s'amuser, à partir d'un mot, d'une phrase, d'une image. Chacun invente suivant son inspiration et on échange sur ce que chacun a écrit, sans jugement d'aucune sorte. Venez vous joindre à nous et vous verrez tout ce que vous êtes capables de créer !	1 ticket
<u>Dimanche 13</u>	RENCONTRE AMICALE DE PÉTANQUE	9H15–Plage du Mourillon Toulon entre l'anse Lido et l'anse Mistral	Invités acceptés (jeunes à partir de 12 ans). Prévoir ses trois boules de pétanque. Contactez l'animateur la veille au plus tard.	1 ticket

Voir suite du programme en page 2

PROGRAMME AVF de TOULON pour OCTOBRE 2024

Suite du programme de octobre - page 2/2

Lundi 14	« WIR SPRECHEN DEUTSCH »	9H30 – 11H30 à l'AVF	Conversation en allemand.	1 ticket
Mardi 15	RANDONNÉE DE LA JOURNÉE ⁽²⁾ Camps-la-Source/barre de Saint-Quinis			1 ticket
Mercredi 16	ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE	17H30 Maison de la Méditerranée – salle Porquerolles	Un pot sera organisé à l'issue de l'assemblée générale.	
Jeudi 17	SORTIE NATURE ⁽¹⁾	9H00 Parking Ste Musse	Visite chez Mr Bertrand pour acheter son pain ...pic nic Village de Bras marche La Source d'Anadeau et les Signols 6 kms avoir de bonnes chaussures	1 ticket
	LA RONDE DES LIVRES	14H15 - à l'AVF.	Echanges et partages autour de livres	1 ticket
Samedi 19	RENCONTRE AMICALE DE PÉTANQUE	14H00 – Plage du Mourillon Toulon entre l'anse Lido et l'anse Mistral	Invités acceptés (jeunes à partir de 12 ans). Prévoir ses trois boules de pétanque. <u>Contactez l'animateur la veille au plus tard.</u>	1 ticket
Lundi 21	SI VOUS AVEZ ENVIE DE « CHANTER »...	10H00 - AVF	Chantons dans la bonne humeur.	1 ticket
Mardi 22	RANDONNÉE DE LA JOURNÉE ⁽²⁾ "Les trois cols de l'Estérel"			1 ticket
Jeudi 24	ATELIER D'ÉCRITURE	16H30 – 18H30 à l'AVF	Un atelier d'écriture ...Non ce n'est pas de la calligraphie ! Non on n'est pas à l'école pour faire une rédac ou une dissert ! On vient là pour s'amuser, à partir d'un mot, d'une phrase, d'une image. Chacun invente suivant son inspiration et on échange sur ce que chacun a écrit, sans jugement d'aucune sorte. Venez vous joindre à nous et vous verrez tout ce que vous êtes capables de créer !	1 ticket
Dimanche 27	RENCONTRE AMICALE DE PÉTANQUE	9H15 – Plage du Mourillon Toulon entre l'anse Lido et l'anse Mistral	Invités acceptés (jeunes à partir de 12 ans). Prévoir ses trois boules de pétanque. <u>Contactez l'animateur la veille au plus tard.</u>	1 ticket
Lundi 28	« WIR SPRECHEN DEUTSCH »	9H30 – 11H30 à l'AVF	Conversation en allemand.	1 ticket
Mardi 29	RANDONNÉE DE LA JOURNÉE ⁽²⁾ A partir de Néoules: 15 kms			1 ticket

⁽¹⁾ **IMPORTANT** : Pour chaque randonnée de la journée ou sortie nature de la ½ journée, contactez l'animateur(trice) la veille - entre 18 H et 20 H

⁽²⁾ **RANDONNÉE** tous les mardis : voir document spécifique.