

# PROGRAMME PREVISIONNEL DES RANDONNEES SEPTEMBRE OCTOBRE 2024

*Pour information, l'indice IBP caractérise la difficulté du parcours (c'est un élément de comparaison entre rando)*

## **mardi 17 septembre :**

Roquebrune sur Argens en boucle – Les Trois Croix (IPB : 55) - 10km - 416m - difficulté 3

## **mardi 24 septembre :**

Sanctuaire Notre Dame des Anges à partir de Pignans distance: 12km dénivelé: 680m  
difficulté: 3/5 IBP: 63

## **mardi 1er octobre :**

Du col du Babaou vers le sommet du Laquina, puis le Roc Rigaud et le vallon de la Gourre -  
14km - dénivelé 600m – difficulté : 3

## **mardi 8 octobre :**

Dans le massif des Maures à Pramousquier entre Cavalière et Le Rayol Canadel : Les  
Balcons de Pramousquier - 12km, Dénivelé: 608m, Altitude max 481m, Difficulté 3 (IBP 62)

## **mardi 15 octobre :**

Camps-la-Source/barre de Saint-Quinis - distance :14,5 km ; dénivelé : 480 m; difficulté: 3

## **mardi 22 octobre :**

"Les trois cols de l'Estérel" : 16 kms, 400m de dénivelé et difficulté: 3 (IBP : 62)

## **mardi 29 octobre :**

A partir de Néoules : 15 kms D+ : 409m (alt mini 335 m-alt maxi 538 m ) difficulté : 3 (IBP : 55)