

LES AMIS DE LA NATURE TOULON PORT LA MONTAGNE

201 1venue de Bellegarde 83100 TOULON
Tél: 07 44 94 52 77
e-mail : an.portlamontagne@orange.fr
PROGRAMME DE AVRIL A JUIN 2026

Retrouvez les Amis de la Nature et le programme sur
<http://www.toulonmontagne.utan.fr/>



Modifications ou changements : par mail ou en dernier ressort par whatsapp groupe AN TPLM83.

A demander par mail exclusivement à : an.portlamontagne@orange.fr

Autres modifications de dernière minute : Prévenir par SMS la Présidente au 06 66 46 62 33 AVANT le départ.

DATE	Heure départ		Niveau	LIEU	RESPONSABLE
AVRIL					
Jeudi 02 1	8H30	E	3++	Sommet du Peirol	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
Jeudi 02 2	8H30	E	3	Siou Blanc/ Aven Cyclobus	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 05	9H00		3+	La Môle/ la chapelle Sainte Magdeleine	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30		2+	Le petit Coudon	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	Le château de Hyères	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 09 1	8H30		3++	Mazaugue/la quille de la Taoule/Mourre d'Agnis	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
Jeudi 09 2	8H30		3+	Puget Ville	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 12	9H00			ACTION CONTRE LA FAIM RANDO SOLIDAIRE La Colle Noire/ Mine de la Garonne	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25) Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
Jeudi 16 1	8H30	O	3++	Bandol/ le gros Cerveau	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Jeudi 16 2	8H30	O	2+	Sortie en partie commune avec le groupe 2	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 19	8H30		3+	Le Garlaban	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
				Sortie commune D1 & D2	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	10H00		1	Le Hameau de Valaury	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Lundi 20 : REUNION DU CA A 17H00					
Mer 22	8H00		3+	Port Cros/ Départ bateau port d'Hyères 9H00 Sortie commune	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
Dim 26	7H00			SORTIE EN CAR LAMANON GROTTES DE CALLES	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Jeudi 30 1	8H30	E	3++	Signes La Limate Les Crottes	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
Jeudi 30 2	8H30				
MAI					
Dim 03	9H00		3+	Giens	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	9H30			Le Brusac	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
	10H00		1		
Lundi 4 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 7 1	8H30	E	3+	Barjols/ Ponteves	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Jeudi 7 2				Randonnée commune 14 km 400 m de dénivelé	
Dim 10	9H00		3++	Les barres de Cuers à partir du col de la Bigue	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30		2+	Triomphe les crottes	Yveline et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00		1	St Elme - le Pin Rolland - D'Elle - le ruisseau de la Bigue Toulon à 09H45 ou embarcadère des Sablières vers 10H30	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 14	9H00		3+	Mazaugues/ la glacière du Pivaut et le Gaudin 14 km 360 m Dénivelé Accessible aux 2 niveaux	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
FERIE LA RODE	9H30 10H00			A déterminer A déterminer	
Dim 17	9H00		3+	Besse / Saint Quinis: 12 km 400 m Dénivelé	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
				Sortie commune D1 & D2	
	10H00		1	La Portanière	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundi 18 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 21 1	08H30		3++	Les barres de Cuers du Col de la Bigue	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Jeudi 21 2	08H30		2+	Le Petit Coudon	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 24	9H00		3++	Pignans/ Notre Dame des Anges	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30		2+	Les aiguilles de Valbelle	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	Carnoules / Chapelle de la Verne	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 28 1				PAS DE RANDONNEE : SORTIE GIGONDAS	
Jeudi 28 2		E	3+	Correns/ Les apiès	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33) Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 31	9H00		3+	Bandol/ Saint Cyr	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30		2+	Notre Dame du Mai	Yveline et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00			A déterminer	
JUIN					
Lundi 01 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 04 1	8H30			A déterminer	
Jeudi 04 2	8H30	E	2	L'Estagnol	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 07	9H00		3+	Cap Garonne/ visite de la mine	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
				Sortie commune	
	10H00			A déterminer	
Jeudi 11 1	9H00			A déterminer	
Jeudi 11 2	9H00			A déterminer	
SAMEDI 13 JUIN REPAS DE FIN DE SAISON					

Dim 14	9H00 9H30 10H00			A déterminer A déterminer A déterminer
Lundi 15 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 18 1	8H30			A déterminer
Jeudi 18 2	8H30	E	3	Carcès Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)

PREVISIONS ET PROJETS 2026

Du 12 juillet au 19 juillet : séjour à COGNE Val d'Aoste Italie
Du 7 au 11 septembre : séjour au camping le Chauvieux à SALAVAS (07)

Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)

Marche nordique : séances hebdomadaires programmées le vendredi à 18H et le samedi à 15H.

Marche dans l'eau : séance hebdomadaire aux Sablettes programmées le samedi à 09H50.

Inscription INDISPENSABLE auprès de Jacqueline au 06 66 46 62 33

Marche nordique : séances hebdomadaires programmées le vendredi à 18H et le samedi à 15H.

Inscription INDISPENSABLE auprès des animateurs

séance du vendredi soir : Patrick au 06 86 58 40 31 - séance du samedi après-midi : Christiane au 06 87 38 14 33

Programme donné sous toute réserve : contactez l'animateur de l'activité pour confirmation

<u>Légendes :</u>	1	moins de 4 heures de marche	sans mention = dénivelé de 0 à 300 m
	2	Sortie de 4 à 5 heures de marche	+ = dénivelé de 300 à 600 m
	3	Sortie de 5 à 6 heures de marche	++ = dénivelé supérieur à 600 m
	4	plus de 6 heures de marche	D : passage Difficile (obstacle, terrain abrupt, escalade, vertigineux, etc.)

Les départs du DIMANCHE et JOURS FERIES ont lieu devant l'immeuble de la Sécurité Sociale de la Rode - Toulon

Ceux du JEUDI ont lieu depuis le poste à essence dans le parking de Carrefour Ollioules (CO) ou depuis celui de CABESTO à Grand Var EST (E)

TARIFS 2026

Carte adulte : 37 € - Cartes Jeunes : 6 € - Sortie d'essai : 5 € - Droit d'entrée : 5 €