

LES AMIS DE LA NATURE TOULON PORT LA MONTAGNE

201 1venue de Bellegarde 83100 TOULON
Tel: 06 66 46 62 33
e-mail : an.portlamontagne@orange.fr
PROGRAMME DE JANVIER A MARS 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
JANVIER				
Lundi 5 : REUNION DU CA A 17H00				
Dim 4	9H00		Sortie à déterminer	
	9H30		Sortie à déterminer	
	10H00	1	La Ripelle / Le Revest	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 8	8H30		Sortie à déterminer	
	8H30	E 2+	Sainte-Christine Valcros	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Dim 11	9H30		SORTIE COMMUNE: Bain de l'année Port Pothuau/ Plage de l'Argentière Vin chaud offert aux courageux	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68) & Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 15	8H30		Sortie à déterminer	
	8H30	E 2	Du pin de Galle à la mine du Pradet	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Sam 17	15H00		Après-midi récréative et Galette des Rois - Maison de quartier Pont du Las Participation de 10 € AN et 12 € non AN Inscriptions par chèque jusqu'au 12 janvier	
Dim 18	9H00	3++	Les barres de Cuers	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30	2++	Le Faron	Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00	1	Dolmen de Gaoutabry / La Londe	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundi 19 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 22	08H30	E 2	GRILLADES & GALETTE DES ROIS visite de la chartreuse l'après midi	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79) & Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
Dim 25	9H00	3+	Evenos / grotte de la Capucine	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30	2+	Presqu'île de Giens ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00	1	La Londe Le Trapan ANNULEE	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 29	8H30	E 2	SORTIE COMMUNE J1/J2 GRILLADES & GALETTE DES ROIS Siu Blanc	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79) & Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
FEVRIER				
Dim 01	9H00	3+	Bandol / Saint Cyr ANNULEE	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30	2+	Le Faron depuis le fort Saint Antoine	Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00	1	La Navarre	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Lundi 02 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 05	8H30	E 3++	Crêtes des Pradels ANNULEE	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	8H30	E 2	Solliès Ville / le petit Coudon ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 08	9H00	3+	Crêtes de Cavalière ANNULEE	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30	2+	Le Fenouillet ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00	1	La Londe/Le Trapan ANNULEE	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 12	8H30	E 3++	Sainte Anastasie	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	8H30	O 3+	Le gros Cerveau depuis le zoo de Bandol	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 15	9H00	3++	Le Revest / le grand Cap par le vallon du Cierge	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30	2+	Le Fenouillet	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00	1	Tourris / Le château	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Lundi 16 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 19	8H30	E 3++	Chateaufallon / Evenos	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E 2	Belgentier	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 22	9H00	3++	L'Amarron depuis Garéoult	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30	2+	Sommet du Baou	Monique SERREE (06 61 43 50 35)
	10H00	1	Le Trapan/ la Londe	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 26	8H30	E 3+	Les Bédoufles	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	8H30	E 3	Correns / Vallon des Baumes	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
MARS				
Dim 01	9H00	3++	Dardennes / La vieille Valette	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30	2+	Le château de Hyères et les crêtes	Monique SERREE (06 61 43 50 35)
	10H00	1	Le Faron / Point Sublime	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundii 02 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 05	8H30	E 3+	Vins sur Caramy	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	8H30	E 2+	Les aiguilles de Valbelle	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
7 et 8 mars				
Formation ARP1 à La Maison de Quartier du Pont du Las Thierry GENEVIER & Bernard DULEBA				
Dim 08	9H00		Sortie à déterminer	
	9H30	2+	Le lac d'Evoué	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00	1	Sainte Philomène / Puget Ville	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 12	8H30	E 3++	Plateau de Siou Blanc	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E 3+	Vallon du bousquet / La Verne	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 15	9H00	3++	Sommet du Peyrol	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30	2+	Le plateau Lambert	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00	1	Les Salins d'Hyères / Port Pothuau	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundi 16 : REUNION DU CA A 17H00				
Jeudi 19	8H30	E 3+	Gigaro	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)

	8H30	E	2	Des Sablettes à Saint Mandrier	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 22	8H30		3+	SORTIE COMMUNE D1/D2 : LE GARLABAN	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68) & Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	10H00			<i>Sortie à déterminer</i>	
Jeudi 26	8H30	E	3++	Signes / Le Mourre d'Agnis	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E	3+	Forêt du Dom / Col de Labate	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 29	9H00		3++	Mazaugues / La Quille de la Taoule	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30		2+	Le vieux Beausset	Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00			<i>Sortie à déterminer</i>	
PREVISIONS ET PROJETS 2025-2026					
	Dimanche 26 avril : sortie en car LAMANON grottes de CALES				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	Du 27 mai au 29 mai : séjour à GIGONDAS				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	Du 7 au 11 septembre : séjour au caming le Chauvieux à SALAVAS (07)				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Marche nordique : séances hebdomadaires programmées le samedi à 15H. Inscription INDISPENSABLE auprès des animateurs séance du samedi après-midi : Christiane au 06 87 38 14 33					
Marche dans l'eau : séance hebdomadaire aux Sablettes programmées le samedi à 09H50. Inscription INDISPENSABLE auprès de Jacqueline au 06 66 46 62 33					
Programme donné sous toute réserve : contactez l'animateur de l'activité pour confirmation					
Légendes :	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 Olioules (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 €					