

















LES RANDONNEES du CLUB RANDOS/ LOISIRS du CODEP EPGV 06 - Le GéCo 06



SAISON 2024



Dates	Lieu – Descriptif sommaire	rendez-vous
Dimanche 17 Décembre 2023	LE BAOU DE LA GAUDE Au départ de Gattières (Alt. De départ 260m) point Haut 820m. Dénivelé Positif cumulé +/- 580m sur 8km100 Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3641 ET / 3640 ET	↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore   
Dimanche 07 Janvier 2024	LE PUIITS D'AMON Au départ de Saint-Cézaire- sur-Siagne (Alt. De départ 430m) point Haut 599m. Dénivelé Positif cumulé +/- 310m sur 9km Rando FACILE Cartes IGN Top 25 : 3543 ET	↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore   
Dimanche 21 Janvier 2024	RANDO et GALETTE DES ROIS LE CAMP ROMAIN Au départ du Rouret (Alt. De départ 310m) point Haut 500m. Dénivelé Positif cumulé +/- 230m sur 5km900 Rando FACILE Cartes IGN Top 25 : 3542 ET (Inscription avant le 10 janvier)	↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore   
Dimanche 04 Février	VISITE GOURMANDE A ST AGNES Visite du Château et de son jardin médiéval et visite du Fort le matin puis déjeuner au restaurant « Le RIGHI » (Tarif, Menu et inscription contacter Gérard Inscription avant le 15 janvier !)	↪ 7h50 parking Nice Nord   
Dimanche 18 Février	LA CRÊTE DES GRUES Au départ de Théoule-sur-mer (Alt. De départ 30m) point Haut 440m. Dénivelé Positif cumulé +/- 540m sur 11km600 Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3643 ET	↪ 7h25 parking Nice Nord ↪ 7h35 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore   

Pour tous Renseignements et Inscriptions aux Randonnées **Contacteur** : Gérard PUCCIO Accompagnateur
Bénévole ABR2 Certification Fédérale Niveau II **Tel** : 06.86.73.61.52 / **Mail** : gegeedu6@gmail.com

COMITE DEPARTEMENTAL D'EDUCATION PHYSIQUE et de GYMNASTIQUE VOLONTAIRE des Alpes Maritimes
75, avenue de Pessicart « Immeuble Lou Righi » 06100 Nice Tel : 04.93.96.35.66 / Mail : codep06@orange.fr
Immatriculation Tourisme n° IM093120030 – Siret : 399 127 737 00019 – APE : 9312Z - Affilié à la FFEPGV







LES RANDONNEES du CLUB RANDOS/ LOISIRS du CODEP EPGV 06 - Le GéCo 06



SAISON 2024



Mois de MARS Gérard et Colette absents donc pas de randonnées ! Désolé

<p>Lundi de Pâques 1er Avril</p>	<p>POINTE DE CLAMIA Au départ de Marie (Alt. De départ 600m) point Haut 860m. Dénivelé Positif cumulé +/- 430m sur 8km600 Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3641 ET</p>	<p>↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore</p> 
<p>Dimanche 14 Avril</p>	<p>VILLA SOUBERRE de THIÉRY circuit Au départ du Village (Alt. De départ 430m) point Haut 1342m. Dénivelé Positif cumulé +/- 337m sur 7km85 Rando FACILE Cartes IGN Top 25 : 3641 ET / OT</p>	<p>↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore</p> 
<p>Dimanche 28 Avril</p>	<p>LES GORGES DE L'ESTÉRON circuit au départ de Bouyon (Alt. De départ 650m) Point Haut 1002m. Dénivelé Positif cumulé +/- 640m sur 12km Rando MOYENNE +++ Cartes IGN Top 25 : 3642 ET</p>	<p>↪ 7h50 parking Nice Nord ↪ 8h05 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore</p> 
<p>Dimanche 12 Mai</p>	<p>CIRCUIT DE LIBRE au départ du village (Alt. De départ 480m) Point Haut 1223m. Dénivelé Positif cumulé +/- 500m sur 7km Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3841 OT</p>	<p>↪ 7h50 parking Nice Nord</p> 

Du Lundi 20 au Lundi 27 MAI 2024

Stage Loisirs Randonnées / Visites en Auvergne en VVF 8jours/7nuits

En pension complète et « *Formule Tout Compris » au Prix de 620€00

(si 21 à 25pers) ou 650€ (si 20pers) (Reste 5 places) *Voir fiche jointe

Fiche d'inscription jointe À retourner le plus rapidement possible et avant le 15 Janvier 2024

Avec un chèque de 200€ Ou 100€ si déjà réglé la pré-inscription À l'ordre du CODEP EPGV 06

À l'adresse suivante : Mr Gérard PUCCIO 4, rue d'Alger Bloc B 06000 Nice

Contact : Gérard au 06.86.73.61.52 ou gegedu6@gmail.com

COMITE DEPARTEMENTAL D'EDUCATION PHYSIQUE et de GYMNASTIQUE VOLONTAIRE des Alpes Maritimes

75, avenue de Pessicart « Immeuble Lou Righi » 06100 Nice Tel : 04.93.96.35.66 / Mail : codep06@orange.fr

Immatriculation Tourisme n° IM093120030 – Siret : 399 127 737 00019 – APE : 9312Z - Affilié à la FFEPGV



LES RANDONNEES du CLUB RANDOS/ LOISIRS du CODEP EPGV 06 - Le GéCo 06



SAISON 2024



Dimanche 09 Juin	<u>TOUR DE LA CIME D'ARPESE</u> au départ de la Brigue (Alt. De départ 778m) Point Haut 1265m. Dénivelé Positif cumulé +/- 526m sur 7km Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3841 OT	7h25 parking Nice Nord
Dimanche 23 Juin	<u>LE BOIS DE FALCON</u> au départ de Roubion (Alt. De départ 1331m) Point Haut 1707m. Dénivelé Positif cumulé +/- 549m sur 8km500 Rando MOYENNE Cartes IGN Top 25 : 3640 OT - 3641 ET à midi partage des pique-niques (style auberge Espagnole)	7h25 parking Nice Nord 7h35 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore
Dimanche 30 Juin	<u>LE LAC DE GRAVERETTE</u> En A/R au départ du Col de Salèse (Alt. De départ 16828m) Point Haut 2260m. Dénivelé Positif cumulé +/- 649m sur 12km68 Rando MOYENNE +++ Cartes IGN Top 25 : 3640 ET - 3641 ET	7h25 parking Nice Nord 7h35 Station d'essence Du Centre Leclerc à la sortie de l'autoroute St Isidore



LES RANDONNEES du CLUB RANDOS/ LOISIRS du CODEP EPGV 06 - Le GéCo 06



SAISON 2024



RANDOS-VISITES EN AUVERGNE

Randonnées prévues lors du Séjour avec un guide local

En matinée LA CITADELLE DU BURON au départ du VVF, en boucle de 5km sur 250m de dénivelé +/-

En journée complète LA VALLÉE DES SAINTS ET LE CHÂTEAU DE VILLENEUVE-LEMBRON 45km A/R en covoiturage, avec pique-nique, en boucle de 15km sur 500m de dénivelé +/-

En après-midi MONTPEYROUX ET LES RIVES DE L'ALLIER au départ du VVF, en boucle de 9km sur 300m de dénivelé +/-

En après-midi LAC PAVIN / PUY DE MONTCHAL 80km A/R en covoiturage, en boucle de 5,5km sur 250m de dénivelé +/-

En journée complète LE PUY DE DÔME ET LE PUY PARIOU 85km A/R en covoiturage, avec Restaurant au sommet du Puy de Dôme, En boucle de 13km sur 650m de dénivelé +/- (ou en aller/retour et possibilité de prendre le petit train payant pour raccourcir le parcours !)

Les visites organisées durant ce séjour sont en cours de préparation et vous seront communiquées avec le programme définitif que vous recevrez ultérieurement.

Pour tout renseignement : Gérard 06.86.73.61.52 / gegedu6@gmail.com

« Programme non exhaustif pouvant être modifié selon la météo ou autre ! »

INCLUS dans le prix :

- La pension complète vin inclus.
- L'hébergement en formule confort en Gîte, une personne par chambre salle de bain partagée (excepté pour les couples qui seront en gîte privatif).
- L'Apéritif de bienvenue.
- Le bar à Pasta différentes variétés de pâtes vous sont proposées au déjeuner et dîner en complément du plat de résistance.
- Les animations du soir.
- Le linge de toilette et les lits faits à l'arrivée.
- Un repas Terroir.
- L'Assurance Multirisque. (Responsabilité Civile villégiature, Annulation, Extension épidémie et Pandémie, Dommages aux bagages, arrivée tardive, assistance aux voyageurs, interruption de séjour, assistance au véhicule.)
- L'accompagnement de 5 randonnées (2 journées complètes et 3 demi-journées par un guide local.)
- Un repas au restaurant au sommet du Puy de Dôme lors d'une des 2 randonnées à la journée. Et pique-nique pour l'autre randonnée.
- La taxe de séjour.
- L'accès à la piscine et structures du VVF.
- Le co-voiturage sur place pour les randos et visites organisées.
- Les entrées lors des visites organisées.

NON INCLUS :

- Le transport Aller/Retour domicile VVF Parent. (Privilégier le co-voiturage)
- Le supplément en chambre simple si demandé.
- Ménage et lits refaits.
- Le changement du linge de toilette et draps en cours de séjour.
- Les cafés et/ou les apéritifs au bar ou à table.
- La Licence GV si non adhérent à un Club de Gym Volontaire (28€)
- L'Adhésion au Club Randos-Loisirs Le GéCo 06 (40€) pour L'année 2023-24 si randonnées dans l'année ou 10€ de quote-part adhésion si séjour uniquement.



LES RANDONNEES du CLUB RANDOS/ LOISIRS du CODEP EPGV 06 - Le GéCo 06



SAISON 2024



BULLETIN à RETOURNER REMPLI, SIGNÉ et ACCOMPAGNÉ
Du *CHEQUE de 200€ à l'ordre du CODEP EPGV 06
AVANT LE 1er Janvier 2024 à Mr PUCCIO Gérard
4, Rue d'Alger Bloc B 06000 Nice



NOM : PRÉNOM :

MAIL : @

TEL :

Je suis Licencié-e à un Club de Gym Volontaire pour 2023-24 : *OUI *NON *(entourer la bonne réponse)

Si *OUI : CLUB GV de rattachement : n° Licence :

Si *NON : J'ai déjà été licencié-e EPGV en : Année /

OU : Je n'ai jamais été licencié-e EPGV : *OUI *NON *(entourer la bonne réponse)

DATE : SIGNATURE :