

AEP : ACTIVITES 2016/17

Septembre 2016 : 11 Randos + 7 MN + 1 séjour (3 j)						
83	La Londe - Brégançon	P1	T0	4h30		13 kms
13	Le Montaignet La Grotte	P1	T1	5h	420 m	14 kms
84	La Bastide des Jourdans	P2	T1	5h30	750 m	20 kms
04	Manosque Les Collines	P2	T1	4h30	580 m	14 kms
04	Le Castelet	P1	T1	4h	400 m	12 kms
13	Les Barrages Plateau de bibemus	P1	T1	4h	350 m	
13	Cap Canaille Bec de l'Aigle	P2	T1	6h	650 m	20 kms
04	Plein Voir Grottes de St Maurin	P3	T1	5h30	1030 m	17,5 kms
04	Vilhosc Entrepierres	P3	T1	6h30	1000 m	
13	De Carry le Rouet à la Couronne	P2	T1	5h	120 m	14 kms
13	Eguilles	P1	T1	5h	251 m	14,5 kms
Octobre 2016 : 20 randos + 5 MN + 3 séjours (3j ; 5j ; 5j)						
13	Cirque des Pétélins	P2	T2	6h	800 m	16 kms
04	Autour du Lac d'Esparon	P1	T1	5h	500 m	kms
13	Col de Sormiou	P2	T2	5h	750 m	11 kms
13	La Roque d'Antheron Evaluation FFR	P1	T1	5h30	550 m	
13	Quinson	P1	T1	4h30	500 m	11 kms
13	St Jean de Garguier	P2	T1	5h15	600 m	15 kms
13	St Jean de Garguier	P1	T1	4h30	400 m	11 kms
04	De Ste Tulle à Pierrevert	P1	T1	4h	300 m	10 kms
83	De Bandol aux Lecques	P1	T1	4h	200 m	13 kms
84	Puget Le Pied de l'Aigle	P1	T1	4h30	500 m	12 kms
04	La Bigue du Siron	P3	T1	5h30	1080 m	16,5 kms
13	Les Calanques	P2	T2	5h	720 m	11 kms
84	Mourre Nègre	P2	T1	5h30	600 m	
83	Le Val	P2	T1	5h	800 m	17 kms
04	De la Braisse au Sommet du Cousson	P2	T1	5h30	800 m	12 kms
13	St Estève Janson	P1	T1	5h	420 m	16 kms
13	Cassis Vallon de Gorgue Longue	P2	T1	5h30	600 m	16 kms
84	Entre Cabrières d'Avignon et Gordes	P1	T1	4h30	350 m	13 kms
84	Merindol Rocher de Cairas	P2	T1	5h30	800 m	17 kms
84	Apt Les Agnels Chapelle de Santonne	P1	T1	4h	500 m	

AEP : ACTIVITES 2016/17

Novembre 2016 : 18 randos + 6 MN						
13	St Mitre les Remparts St Blaise	P1	T1	3h30	150 m	12,5 kms
13	Forêt de Venelles	P2	T0	5h30	600 m	15 kms
04	Corbières le trou du Loup	P1	T1	4h	440 m	12 kms
04	Barre des Doubes	P2	T1	5h30	930 m	15 kms
04	Valbelle Mt de Sumiou	P1	T1	4h30	500 m	12 kms
04	Gorges de Colostre	P1	T1	4h30	300 m	14 kms
84	Cheval Blanc	P1	T1	4h	380 m	13,5 kms
83	Mazaugues Le Mourre d'Agnis	P2	T1	5h30	750 m	18,5 kms
13	Maussane -Les Baux	P1	T1	4h30	300 m	13 kms
13	La Ciotat autour du Sémaphore	P2	T1	5h	850 m	13 kms
84	Buoux Sivergues	P1	T1	5h30	500 m	16 kms
84	Les Ogres de Rustrel	P2	T2	5h	530 m	15 kms
84	Vitollas en Luberon	P2	T1	4h45	550 m	14 kms
13	Côte Bleue Fort de Niolon	P2	T1	5h	640 m	15 kms
84	Roques-Htes St Martin Castillon Caseneuve	P1	T1	5h30	500 m	14 kms
13	Bimont-Zola-Roques Hautes	P1	T1	4h	365 m	10,5 kms
84	Maubec Vallon de Poussiou	P2	T2	5h30	990 m	17 kms
13	De Gardanne à Val de l'Arc GR2013	P1	T0	5h	250 m	15 kms
Décembre 2016 : 15 randos + 4 MN + 1 séjour (3j)						
13	Rando urbaine à Marseille	P1	T0	5h	150 m	13 kms
13	Col de l'espigoulier	P2	T1	5h	650 m	13 kms
13	Ste Victoire Tracé Vert et Gd Couloir	P2	T3	5h30	900 m	12,5 kms
13	Calanque de la Triperie	P2	T3	5h	600 m	
13	Alleins Vernègues	P1	T0	4h30	350 m	15 kms
84	Autour de Cucuron	P1	T1	4h	350 m	13,5 kms
84	Les Borrys Rocher de 11 Heures	P2	T1	5h30	770 m	16,5 kms
13	Mt Puget	P2	T1	5h30	750 m	16 kms
13	La Destrousse Mt du marseillais	P1	T1	4h30	500 m	12 kms
13	Allauch	P1	T1	4h30	500 m	13 kms
84	Rando Photo Avignon	P1	T1	4h30	120 m	10,5 kms
13	Baudino Ste Victoire	P2	T1	4h30	600 m	10 kms
04	Autour de St Julien	P1	T0	5h30	500 m	16 kms
13	Sentier Vigneron de Rognes	P1	T1	5h	400 m	18 kms
13	Ste Victoire Opidum Untinos	P1	T1	4h	450 m	10,5 kms

AEP : ACTIVITES 2016/17

Janvier 2016 : 15 randos + 6 MN + 1 séjour (5 j)						
13	Ligourès Grillades	P1	T0	4h	450 m	12 kms
84	Auribeau - Mourre Nègre	P2	T1	5h30	800 m	13 kms
13	Garlaban depuis Lascours	P2	T1	5h30	700 m	
13	Ligoures Galettes	P1	T0	4h	400 m	12 kms
13	Autour de Gemenos	P2	T1	5h30	700 m	16 kms
13	Vauvenargues	P1	T1	4h20	380 m	14 kms
13	Trets Mont Olympe	P2	T1	5h30	800 m	18 kms
13	Ste Victoire par Pic des Mouches	P2	T2	5h30	920 m	13 kms
13	Allauch - Le Taoumé	P2	T1	5h	600 m	11 kms
13	Le puit d'Auzon Montagne des Ubacs	P1	T1	4h	400 m	10 kms
13	Cornillon Confoux	P1	T0	3h30	150 m	12 kms
13	Col de Bertagne	P2	T1	5h30	750 m	16 kms
13	Du Tholonet à St Antonin	P2	T1	5h30	500 m	14 kms
84	Sivergues	P3	T1	5h30	880 m	16,5 kms
13	Ste Victoire Puit d'Auzon	P1	T0	4h	350 m	12 kms
Février 2016 : 19 randos + 5 MN						
13	Le Taoumé	P2	T1	5h	650 m	13 kms
13	Trets St Jean du Puy	P1	T1	5h	400 m	13 kms
13	Pilon du roi	P1	T1	4h	350 m	10 kms
83	Autour de la Cadière	P2	T0	5h	550 m	15 kms
84	Cabrières d'Aigues	P1	T1	5h	500 m	15 kms
13	Le Régagnas à partir de Kirbon	P2	T1	5h30	750 m	16 kms
13	Grillades à Ste Victoire L'Ambruisse	P1	T0	4h	250 m	10 kms
84	Les Mayorques -Trou du Rat	P1	T1	5h	420 m	15 kms
13	Rando Photos en Camargue	P1	T0	6h		17 kms
84	Le Mourre Nègre	P2	T1	5h	750 m	14,5 kms
84	Font de l'Orme	P2	T2	6h	880 m	17,5 kms
13	Sentier Vigneron de Rognes	P1	T0	4h	300 m	14 kms
04	Volx Le Belvédère de Bellevue	P1	T1	4h	500 m	9 kms
84	Le Luberon à partir de Lauris	P1	T1	4h30	400 m	kms
13	Eyguières - Grottes de Calès	P1	T0	4h	430 m	13 kms
84	Puget - L'Arche du Portelas	P2	T1	6h	750 m	17,5 kms
13	Ste Victoire - Forcioli et Jaune	P2	T3	4h30	800 m	kms
84	D'Oppédette à l'Auze	P2	T1	5h30	650 m	16 kms
13	La Couronne - Plage des Tamaris	RM	T0	4h	30 m	7 kms

AEP : ACTIVITES 2016/17

Mars 2016 : 23 randos + 6 MN + 1 séjour (8j)						
13	Col de Bertagne	P2	T1	5h30	750 m	17 kms
13	A partir de la maison Sainte-Victoire	P1	T1	4h30	380 m	13,5 kms
13	Côte Bleue - De St Pierre à Carro	P2	T0	6h30	350 m	22 kms
13	Les crêtes du Pont Mirabeau	P2	T2	5h	600 m	14 kms
13	St Chamas - La Poudrerie	P1	T0	5h	200 m	15 kms
83	Presqu'île de Giens	P1	T1	4h30	300 m	
84	St Martin de la Brasque - Crêtes du Luberon	P2	T1	5h30	911 m	16,3 kms
84	Gordes - Sénanques	P2	T2	5h	620 m	17,5 kms
13	Collines de Charleval	P1	T1	5h	500 m	16 kms
13	La Roque d'Antheron	P1	T1	4h30	500 m	13 kms
84	Plateau des Claparèdes Aigue Brun	P1	T0	4h	350 m	12 kms
13	Calanques du Devenson	P2	T2	6h	600 m	16 kms
13	Grillages à St Jean du Puy	P1	T0	4h	200 m	10 kms
83	Le Gr Gaudin	P2	T1	6h	480 m	17 kms
84	de Viens au Collet de Flaqueirol	P1	T1	5h30	500 m	12 kms
13	Traversée de Ste Victoire	P3	T3	7h30	900 m	15 kms
83	Les sources du Luminaireet du Caramy	P2	T2	6h	800 m	14 kms
83	Châteauvert Le Vallon Sourn	P1	T1	4h	300 m	10,5 kms
13	Le Montaignet La Grotte l'ermite (Semaine13)	P1	T1	4h50	270 m	11,5 kms
13	Ste Victoire par Plaideurs (Semaine 13)	P2	T1	6h	750 m	15 kms
84	St Saturnin les Apt (Semaine 13)	P1	T1	5h15	500 m	16 kms
13	Ventabren et Roquefavour (Semaine 13)	P1	T0	5h	350 m	15 kms
13	Col des portes -Pic des Mouches (Semaine 13)	P2	T0	5h30	520 m	15 kms

AEP : ACTIVITES 2016/17

Avril 2016 : 22 randos + 7 MN						
13	Ste Victoire Baudino	P2	T1	4h30	600 m	10 kms
13	Arbois-Meynes (Semaine 13)	P3	T0	6h	400 m	21 kms
13	Petit Arbois (Semaine13)	RM	T0	2h	200 m	6 kms
13	Petit Arbois (Semaine13)	RM	T0	2h	200 m	6 kms
13	La Mérindolle (Semaine 13)	P1	T0	3h00	150 m	11 kms
13	Chemin de Badair Gd Arbois (Semaine13)	P1	T0	3h30	200 m	9 kms
13	Traversée de Ste Victoire	P3	T3	7h30	900 m	15 kms
13	de Cadarache à Jouques	P1	T1	4h30	300 m	13 kms
84	Vallon du Bausset et de Flamarin	P3	T3	6h	980 m	15 kms
13	Crêtes de Pourcieux	P2	T2	6h	850 m	14 kms
84	St Gens La Source Miraculeuse	P1	T1	4h	400 m	10 kms
83	Correns Vallon de Sourn	P1	T1	4h	400 m	12 kms
83	La Barre de Cuers depuis Néoules	P2	T1	6h	800 m	19 kms
13	Ste Baume (Allemands)	P2	T1	6h	600 m	15 kms
13	Ste Baume (Allemands)	P1	T0	4h30	500 m	kms
84	de Robion aux Fourcats	P2	T1	5h30	850 m	16 kms
84	Colorado Provençal (Allemands)	P1	T0	5h	500 m	
84	Les crêtes du Pont Mirabeau	P2	T2	4h30	500 m	9 kms
13	Iles du Frioul (Allemands)	P1	T0			
13	Ste Victoire Rauques Hautes (Allemands)	P1	T0	4h	370 m	
13	D'Ensues à Niolon (Allemands)	P1	T0	5h	400 m	
84	Les Gorges du Régalon (Allemands)	P1	T0	4h30		
04	La Crête de Lure	P1	T1	550		
05	Pic de St Cyr	P2	T1	5h30		
13	Sentier Vigneron de Rognes	P1	T0	4h30	400 m	
83	Aiguilles de Valbelle	P2	T2	5h30	750 m	16 kms
84	Bonnieux Le Calavon	P1	T0	5h30	225 m	16 kms
13	Forêt de Miramas	P1	T0	5h30	300 m	14 kms
13	Moustiers Ste Marie	P2	T1	5h30	800 m	17 kms
84	Les Dentelles Montmirail	P3	T2	6h30	1270 m	19,5 kms
13	Calanque d'Envau	P1	T0	4h30	200 m	
13	La Roque d'Anthéron	P2	T0	5h	624 m	13,5 kms

AEP : ACTIVITES 2016/17

Mai 2016 : 19 randos + 7 MN + 4 séjours (2j ; 3j ; 3j ; 7j)						
13	Ste Baume	P2	T2	5h30	700 m	17 kms
04	Oraison	P1	T0	5h	450 m	15,5 kms
13	Calanques Ravin de Gorgue Longue	P2	T2	5h30	550 m	15 kms
04	de Pierrerie aux Mourres	P2	T1	5h30	600 m	18 kms
13	Les Opies à Aureille	P1	T1	5h	460 m	13 kms
13	Lac Esparon	P2	T2	5h30	400 m	15 kms
83	Lac de Carces	P1	T1	4h	400 m	13 kms
84	Les Rochers de Guinchon	P3	T2	6h	1050 m	16 kms
83	Port d'Alon	P2	T1	5h30	400 m	16 kms
13	Calanque d'Envau	P1	T1	4h30	300 m	
83	Rougiers	P1	T1	4h30	400 m	12 kms
04	Le Cousson depuis Entrages	P2	T1	5h30	950 m	17 kms
04	Les Crêtes de GERUEN	P2	T2	6h	700 m	15 kms
13	St Jean de Garguier	P2	T1	5h	650 m	11,3 kms
04	Ste Croix à Lauze	P1	T1	4h30	400 m	11 kms
84	de Bonnieux à Lacoste	P1	T0	4h30	250 m	12 kms
04	CAIRN 2000	P2	T1	5h	700 m	14 kms
13	Cr^tes des Opies et de Civadières	P3	T2	5h	755 m	12,5 kms
13	Niolon - Erevine	P1	T1	4h30	480 m	12 kms
Juin 2016 : 17 randos + 4 MN + 2 séjours (7j ; 3j)						
84	Montfuron-Montjustin	P2	T1	6h30	600 m	18 kms
84	Saumane de Vaucluse	P1	T1	5h		
83	de Bandol à Port d'Alon	P1	T1	4h	100 m	10 kms
13	de Maussane aux Baux par Val d'Enfer	P2	T1	5h30	480 m	16 kms
84	Le Mourre Nègre	P3	T1	6h30	1000 m	19 kms
13	Forêt de Peyrolles	P2	T1	5h30	600 m	16 kms
04	Thouard La Bigue	P2	T1	5h30	910 m	16 kms
04	Sommet du Couard par Barre des Doubes	P3	T2	6h	1150 m	18 kms
83	Autour du Caramy	P2	T2	5h30	500 m	15 kms
04	Estoublon Gorges de Trévans	P1	T1	4h30	450 m	11 kms
83	Sentier Vidal	P2	T3	5h30	850 m	9 kms
04	La Grande Aiguille	P2	T1	5h30	700 m	14 kms
13	Gorges de la Touloubre	P1	T1	4h	150 m	12 kms
13	Côte Bleue	P1	T0	4h	100 m	7 kms
04	Les Monges à partir de Barles	P3	T2	6h	1160 m	16,5 kms
83	Cassis calanque de Port Pin	P1	T1	4h	100 m	8 kms
13	Sentier Christian de Barbarin Vauvenargues	P1	T1	4h	400 m	

AEP : ACTIVITES 2016/17

Juillet 2016 : 1 randos + 1 sortie + 2 séjours (5j ; 7j)						
	Pic-Nic au lac de Peyrolles					
13	RECO - Toulourenc en aval de Veaux	P1	T1	6h	410 m	15 kms
Août 2016 : 2 randos + 10 marches dynamiques + 1 sortie + 1 séjour (8j)						
4	RECO - St Martin de Brome et Verdon	P1	T1	4h	270 m	12 kms
83	Quinson - Chapelle Ste Maxime	P1	T1	4h30	450 m	14 kms
13	Pic-Nic à Ste Croix					