



DECEMBRE

		DECEMBRE	
Sam		VTT à Bormes 30km 820m peu technique. Matos: Casque, gants, kit de réparation. RDV à 9h au cimetière de Bormes	Oliv 06 81 72 10 57
Sam 2		Entrainement Trail 17 km 750 m D+ Départ 9 heures du Parking du port de Carqueiranne Merci de me prévenir de votre venue	Bénédicté 0630484152
Dim 3		"Les OFF de vidauban" Participation à une rando (pédestre ou VTT ou trail) à l'occasion du Téléthon 6/11/20Kms (prix 5€ dont 2€ seront reversés au Téléthon) Merci de faire un virement de 3€ à TSN ; Nous ferons une inscription groupée. Covoit Ste Musse 8H ou bastide verte depart 8h10 (25€/voit)	
Sam 9		Entrainement Trail pour tous (espoirs & Experts) 11 km 900 m D+ 1 Canaillette et 1/2 Tmor... Départ 9H30 Place J Jaures La Valette Merci de me prévenir de votre venue	Béné 0630484152
sam 9		VELO Route 75km vers le pas du cerf , route par le bord de mer. Rdv chez moi à 8h45	Oliv 06 81 72 10 57
Dim 10		Rando calanques de Marseille. Environ 18km et 800 m de D+ Départ parking du Roy d'Espagne, fontaine de Voire, col de Cortiou, calanque de l'Escu, calanques de Marseilleveyre, grand Malvallon, col de la Selle et puit du Lierre. , niveau moyen mais quelques passages techniques. RDV 8h30 parking PDS (35€/ voiture) . Merci de me prévenir	Andrée 0611728873
Dim 10		Finale du challenge Paca à Peynier (13) organisateur ACA En équipe de 3 inscription auprès d'Eric avant le 03/12 ou seul sur circuit jaune , bleu, vert inscription sur http://inscriptions.co-paca.info avant le 03/12	
Sam 16		PIQUE NIQUE DE NOEL Repas collégial à partager avec des mets "améliorés"(c'est Noel!!) Salés ou sucrés + boissons (Vin, bière, Rhum, Champagne...eau) Les conjoints et enfants sont les bienvenus	Bénédicté 0630484152
Sam 16		VTT de Noel au Faron 25km 850m de déniv. rigolo. matos: casque, gants , kit réparation rdv 9h45 pour un café à la maison. repas de Noel à 12h	Oliv 06 81 72 10 57
Dim 17		Rando autour de Garéoult, Amarron Départ le Jas de Canolles, le Petit, le Grand Laouzien, le tour du Pey Bouloum, Jas d'émilien, la Barraque, Dolemen de l'Amarron, l'Amarron, barre de Chaberts. Niveau moyen de 18 km, D+ 850 m RDV 8 h 30' parking covoiturage St-Musse, (10€ voiture) Prévenir par sms ou tél >	Michel 06 98 69 83 02

<p>Sam 23</p>		<p align="center">VTT Inédit au Coudon et Tourravelle (Le revest)</p> <p align="center">20à 23km 750 à 900m de dénivelé rigolos</p> <p align="center">RDV 9h à la maison (allée des Vincent) prévenir de votre participation</p>	<p align="center">Oliv 06 81 72 10 57</p>
<p>Jeudi 28</p>		<p align="center">VTT à Chateauvallon <u>Proposé par Stef</u> avec descente inédite et rigolote</p> <p align="center">20km 800m de dénivelé environ.</p> <p align="center">Rdv 9H parking Chateauvallon Prévenir de votre participation</p>	<p align="center">Oliv 06 81 72 10 57</p>