



Programme général 2023 / 2024 CAF SLV

4eme trimestre - (Octobre 2023 à Décembre 2023)

Semaine	Date Début	Date Fin	Activité	Lieu	Détail activité / Au départ de	Niveau	Informations	Cadre(s) responsable(s)	RDV / Départ	Commentaire
40	dim 01 oct 2023		Alpinisme	Saint-Jeannet	Initiation TA	5 en second		Laurent CUGNET	à définir	
40	dim 01 oct 2023		Escalade	La Turbie		tous	Initiation / reprise	Fred BESNARD	à définir	
40	dim 01 oct 2023		Rando alpine	Fort Carra (2882m) Pointe Cote de l'Ane 2916m	Piste Gialgourge St Dalmas le Selvage	R5/D+1100m/11km	3543 ET	Michel FORNARI	6h30 Pkg des Orangers	
40	dim 01 oct 2023		Rando montagne	Grand Capelet (2935m) en boucle	Gordolasque	R4/D+1350 m/12km	3741 OT	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	L'un des points culminant du massif, visible de tout le département 06, il offre à son sommet une vue unique sur 13 des lacs du Mercantour.
40	dim 01 oct 2023		Rando velours	Sapins geants de la maîris	Maison Forestière Croisette, route de Turini	R2/D+560m/10km	3741 ET	Aline MONNIER	7h30 Pkg des Orangers	champignons
41	mer 04 oct 2023		Rando alpine	Mont Pélagio 2768m, face Est	Boreon, Pkg superieur	R6/D+1250/11km	3741 OT	Michel FORNARI	6h30 Pkg des Orangers	
41	sam 07 oct 2023	dim 08 oct 2023	Evènement	Weekend encadrant & bénévoles	A définir			Yves DELANGLADE	A définir	
41	sam 07 oct 2023		Marche nordique	Vaugrenier	pk à côté aire de jeux	Journée perfectionnement		André PROFIZI	9h00 sur place	
41	dim 08 oct 2023		Alpinisme	Mercantour	Course de rocher	5 en second		Hugues LUCET	à définir	
42	mer 11 oct 2023		Rando alpine	Pointe de Giegn (2888m)	Pkg supérieur de Salèse (1660m)	R5/D+1200m/14km	3741 OT	Michel FORNARI	6h30 Pkg des Orangers	
42	sam 14 oct 2023		Formation	UF1 CO terrain 2	Saint Jeannet		3642 ET	Michel HUSSON	9h00 Pkg Saint Jeannet	
42	sam 14 oct 2023		Marche nordique	Grand raid de camargue	11h salins de giraud	Journée perfectionnement	compétition 7km non chronométrée	Aline MONNIER	à définir	
42	sam 14 oct 2023		Marche nordique	Rives du Loup	pk à gauche du portail hippodrome	Journée perfectionnement		Nancy MAUNOURY	9h00 sur place	
42	sam 14 oct 2023		Alpinisme	Mercantour	Course de rocher	6a en second		Jean-Baptiste ROSSO	à définir	
42	dim 15 oct 2023		Rando alpine	Traversée Collet des Bresses - Cime de Frémamorte (2730m) en boucle	Pkg supérieur de Salèse (1660m)	R6/D+1070m/17km	3741 OT	Jean Paul CAMPANELLI	6h30 Pkg des Orangers	Traversée sur la crête frontière depuis le collet des Bresses, Cime de Frémamorte et le col de Frémamorte. Vue imprenable sur le Mercantour.
42	dim 15 oct 2023		Rando montagne	Dôme du Barrot (2136m)	Auvare	R3/D+1250m /17 km	3741 OT	Alain BERNOCCO	7h00 Pkg des Orangers	
42	dim 15 oct 2023		Rando velours	La Roche Taillée	Mons	R1/D+450m/9km	3543 ET	Alain BERTHE	8h00 Pkg des Orangers	
43	mer 18 oct 2023		Rando alpine	Cime de la Malédie (2927m)	Pont du Countet (1684m)	R6/D+1100m /11km	3741 OT	Michel FORNARI	6h30 Pkg des Orangers	
43	sam 21 oct 2023		Marche nordique	Parc de la valmasque	1er pk sur la d35 sortie a8 antibes direction mougins	Journée perfectionnement		Aline MONNIER	8h45 Pkg des Orangers ou 9h30 sur place	
43	sam 21 oct 2023		Rando alpine	Journée découverte à St Jeannet	Saint Jeannet	R6/D+400m/8km	3642 ET	Michel FORNARI	8h00 Pkg des Orangers, 8h30 Pkg Saint Jeannet	Initiation Progression, sécurité rocher
43	dim 22 oct 2023		Rando alpine	Neglier Face Est	Pont du Countet B411 (1690m)	R5/D+1130m/8km	3741 OT	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	Montée par une face méconnue du Neiglier et beau parcours de crêtes au retour jusqu'au pas du Neiglier
43	dim 22 oct 2023		Rando velours	Plateau St. Christophe	Super Grasse	R1/D+600m/12km	3643 ET	Patrice GHIBAUDO	8h30 Pkg des Orangers	
44	mer 25 oct 2023		Rando alpine	Cime de Paranove	Pont du Countet B411 (1690m)	R6/D+1100m/11km	3741 OT	Michel FORNARI	6h30 Pkg des Orangers	
44	sam 28 oct 2023		Marche nordique	Rives du Loup	pk à gauche du portail hippodrome	Journée perfectionnement		André PROFIZI	9h00 sur place	
44	sam 28 oct 2023		Rando alpine	Journée découverte Rocher de Roquebrune	Le Palay Roquebrune/Argens	R5/ D+400m/4km	3544 ET	Michel FORNARI	A définir	Initiation manoeuvres de corde (parcours en crête)
44	dim 29 oct 2023		Escalade	La Turbie		tous	Initiation / reprise	Fred BESNARD		
44	dim 29 oct 2023		Rando alpine	Mont Rond (2828m) en boucle	Pont du Countet B411 (1690m)	R5/D+1150m/13km	3741 OT	Jean Paul CAMPANELLI	7h00 Pkg des Orangers	Sommet arrondi dominant le refuge de Nice qui se laisse gravir par des points de faiblesse confidentiels.
44	dim 29 oct 2023		Rando montagne	Cime d'Anan (1801m)	Saorge (510 m) en boucle	R3/D+1300m/15 km	3841 OT	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	Sur les cimes de Saorge de beaux parcours en crête aux confins du territoire
44	dim 29 oct 2023		Rando velours	Mont Falourde	Bairols	R2/D+589m/11,5km	3641 OT	Nancy MAUNOURY	8h00 Pkg des Orangers	
45	mer 01 nov 2023		Rando alpine	Tete de la Ruine (2984m), Baissette (2645m)	Le Boréon (1510m)	R5/D+1300m/11km	3741 OT	Michel FORNARI	7h00 Pkg des Orangers	Montée par les Lacs Bessons
45	sam 04 nov 2023		Alpinisme	à définir	Perfectionnement TA	5c en tête		Laurent CUGNET	à définir	
45	sam 04 nov 2023		Marche nordique	Plateau de la Justice	col d'eze, 1er pk à Gauche	Journée perfectionnement		Nancy MAUNOURY	9h00 sur place	
45	dim 05 nov 2023		Rando alpine	Cime des Naucettes (2706m), Cime de la Lèche (2678) en boucle	Boreon Pkg Salese (1700m)	R5/ D+1150m /11km	3741 OT	Michel FORNARI	7h00 Pkg des Orangers	
45	dim 05 nov 2023		Rando montagne	Mont Giraud (2606m)	Rimplas	R3 /D+1500m /15 km	3641 ET	Alain BERNOCCO	7h00 Pkg des Orangers	
45	dim 05 nov 2023		Rando velours	Trou des Fées, ND du Glaive, Dolmen de la Gastée	Cabasse	R1/D+470m/11.5km	3444 OT	Aline MONNIER	7h30 Pkg des Orangers	
46	mer 08 nov 2023		Rando alpine	Cime de Belletzt (2610m)	Le Chastel (1400)	R5/D+1200m/13km	3741 OT	Michel FORNARI	7h00 Pkg des Orangers	Passage en crête
46	sam 11 nov 2023		Marche nordique	Rives du Loup	pk à gauche du portail hippodrome	Journée perfectionnement		Aline MONNIER	9h00 sur place	



Programme général 2023 / 2024 CAF SLV

4eme trimestre - (Octobre 2023 à Décembre 2023)

Semaine	Date Début	Date Fin	Activité	Lieu	Détail activité / Au départ de	Niveau	Informations	Cadre(s) responsable(s)	RDV / Départ	Commentaire
46	sam 11 nov 2023	dim 12 nov 2023	Rando alpine	Weekend Ste Baume / Ste Victoire	Plan d'Aups	R5/D+700m/8km		Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	Découverte des deux massifs jumeaux par des parcours aériens et ludiques.
46	dim 12 nov 2023		Canyon sec	à définir		Débutant		Alexandre ZUNINO	à définir	
46	dim 12 nov 2023		Rando alpine	Weekend Ste Baume / Ste Victoire	Massif des deux Auguilles	R5/D+700m/12km		Yves DELANGLADE		
47	sam 18 nov 2023		Marche nordique	Vaugrenier	pk à côté aire de jeux	Journée perfectionnement		André PROFIZI	9h00 sur place	
47	dim 19 nov 2023		Alpinisme	Saint-Jeannet	Course de rocher	5c en second		Hugues LUCET	à définir	
47	dim 19 nov 2023		Rando alpine	Brec d'Utelle par Castel Ginestel	Utelle (840m)	R6/D+1000m/11km	3542 ET	Michel FORNARI	7h00 Pkg des Orangers	
47	dim 19 nov 2023		Rando montagne	Rocca Sparviera	Coaraze	R2/D+760m/10km	3741 ET	Isabelle ORTEGA	8h00 Pkg des Orangers	
47	dim 19 nov 2023		Rando velours	Crêtes de Bauroux 1644m	Séranon	R2/D+550m/12km	3542 ET	Jocelyne PISANO	7h30 Pkg des Orangers	
47	dim 19 nov 2023		Raquettes	Mont Pepoiri	Parking des lacs de Millefont	T3/Moyen	D+ 650m, 6km, 3641 ET	Paul THAON	7h30 Pkg des Orangers	
48	sam 25 nov 2023		Marche nordique	Rives du Loup	pk à gauche du portail hippodrome	Journée perfectionnement		Nancy MAUNOURY	9h00 sur place	
48	dim 26 nov 2023		Canyon sec	à définir		Débutant		Alexandre ZUNINO	à définir	
48	dim 26 nov 2023		Escalade	Saint-Pons		perf (5a mini)	juste avoir les bases (savoir assurer)	Fred BESNARD		
48	dim 26 nov 2023		Rando montagne	Cime Palu (2132m)	B77-St Martin	R3/D+1100m/10 km	3741 OT	Alain BERNOCCO	7h30 Pkg des Orangers	
48	dim 26 nov 2023		Rando velours	Tour du Mont Lion	M17 après Gilette	R1/D+550m/10km	3642 ET	Alain BERTHE	8h00 Pkg des Orangers	
48	dim 26 nov 2023		Raquettes	Colle dei Morti	Isola 2000	T2/Facile	D+ 600m, 3640 ET	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	
49	lun 27 nov 2023		Rando alpine	Le Malinvern	Isola 2000	R5/D+900m/ 1àkm	3640 ET	Michel HUSSON	7h30 Pkg des Orangers	
49	sam 02 déc 2023		Marche nordique	Parc de la valmasque	1er pk sur la d35 sortie a8 antibes direction mougins	Journée perfectionnement		Aline MONNIER	8h45 Pkg des Orangers ou 9h30 sur place	
49	dim 03 déc 2023		Rando montagne	Les Cluots (2106m) et la Tête de Giarons (2027m) depuis Pierlas en boucle	B174 Pierlas (1070m)	R3/D+1030m/18,5km	3640 OT	Jean Paul CAMPANELLI	7h00 Pkg des Orangers	Une rando de moyen pays, depuis les pentes arides dans les Pérites rouges jusqu'aux rondeurs vertes des prés de la Tête de Giarons. Point de vue panoramique garanti.
49	dim 03 déc 2023		Rando velours	Le Cannet-Entraigues	Vieux Cannet des Maures	R1/D+350m/14km	3644 OT	Aline MONNIER	7h30 Pkg des Orangers	
49	dim 03 déc 2023		Raquettes	Lauvet d'Ilonse (1992m)	Ilonse	T3/Moyen	D+ 800m, 12km, 3641 ET	Paul THAON	7h30 Pkg des Orangers	
50	sam 09 déc 2023		Escalade	La Turbie		Journée découverte		William SALVAN	Parking des Orangers	
50	sam 09 déc 2023		Marche nordique	Rives du Loup	pk à gauche du portail hippodrome	Journée perfectionnement		André PROFIZI	9h30 sur place	
50	dim 10 déc 2023		Alpinisme	à définir	Course de rocher	5c en second		Hugues LUCET	à définir	
50	dim 10 déc 2023		Canyon sec	à définir		Autonomes / Initié		Alexandre ZUNINO	à définir	
50	dim 10 déc 2023		Rando alpine	Cime du Diable (2685m) Cime des Verrairiers	Relais des Merveilles Gordolasque	R5/D+1100m/10km	3741 OT	Michel FORNARI	7h00 Pkg des Orangers	Partie en crête
50	dim 10 déc 2023		Rando velours	Mont Razet en circuit	Col de Castillon	R1/680m/9km	3742 ET	Nancy MAUNOURY	8h00 Pkg des Orangers	
50	dim 10 déc 2023		Raquettes	Lacs de Terre Rouge	Isola 2000	T3/Facile	D+ 500m, 6km, 3640 ET	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	
51	sam 16 déc 2023		Alpinisme	Esterel	Grande voie	5c en second		Laurent CUGNET	à définir	
51	sam 16 déc 2023		Marche nordique	Rive gauche du var	pk devant arrêt de train de lingostière	Journée perfectionnement		Nancy MAUNOURY	9h30 sur place	
51	dim 17 déc 2023		Rando montagne	Mt d'Auvare (1475m) en boucle	Rte de Puget-Rostang B177	R3/1000m/13km	3641 OT	Yves DELANGLADE	7h00 Pkg des Orangers	Boucle dans le moyen pays par les beaux villages d'Auvare et de la Croix sur Roudoule en passant par le modeste mais difficile d'accès sommet d'Auvare.
51	dim 17 déc 2023		Rando velours	Monte Nero	Bordighera	R1/D+620m/11km	Fraternali 23	Alain BERTHE	8h00 Pkg des Orangers	
51	dim 17 déc 2023		Raquettes	Mont Aucelier (2207m)	Arboretum de Roure	T2/Soutenu	D+ 900m, 12km, 3641ET	Paul THAON	7h00 Pkg des Orangers	
52	dim 24 déc 2023		Escalade	La Turbie		tous	Initiation / reprise	Fred BESNARD		
53	sam 30 déc 2023		Marche nordique	Vaugrenier	pk à côté aire de jeux	Journée perfectionnement		André PROFIZI	9h30 sur place	

Informations Générales

Adresse & téléphone :

416 av Eugène Donadei - Centre nautique
06700 Saint Laurent du Var
e-mail ⇨ cfsfv@cfsfv.com
site internet ⇨ <http://www.cfsfv.com>
☎ 06 76 52 83 87

Permanence au siège :

jeudi de 17 h 45 à 19 h 30

Permanences téléphoniques :

jeudi de 17 h 45 à 19 h 30

Secours en montagne : 112 (24 h/24)

⊗ Météo montagne et BERA

site de météofrance : <https://météoFrance.com/>