

LA-BAS : 111° CRITERIUM DES CALANQUES - MARSEILLE
J'Y VAIS : Christiane – tel 06 08 78 76 95 ou chris.bissler@gmail.com
QUAND : samedi 27 et dimanche 28 février 2016
QUI VIENT... ?

Samedi 27 février :

- Départ 8h30 du point de rendez-vous habituel
Une belle randonnée au passage, menée par Bernard P. : le Cap Canaille (tout un programme !)
Dénivelé : 700m - Distance : 14 km - Durée : 4h00.
- Installation à l'Auberge de Jeunesse de Marseille Bonneveine

Dimanche 28 février :

- Critérium : horaires à fixer ultérieurement en fonction de vos choix
- Retour à la maison en fin de journée

Coût :

- hébergement en demi-pension : 35,70 euros par personne – dortoirs de 4 à 6 personnes
- inscription au critérium : 14,00 euros (plus 3,00 euros de bus pour les parcours 1 et 2 – pour les autres parcours, une navette voiture sera organisée)
- plus les frais partagés de covoiturage

Inscriptions à partir du 15 janvier : auprès de Christiane par courriel chris.bissler@gmail.com ou par sms 06 08 78 76 95

- chèque libellé à l'ordre des Baragneurs Varois à remettre impérativement à la réunion mensuelle du 22 janvier (dernier délai) ou par courrier, avant cette date (C. Bissler – Les Oliviers B - 391 rue du Suveret – 83600 Fréjus)
- 49,70 euros plus éventuellement les 3,00 euros de bus (hébergement et inscription au critérium).

<u>Parcours 1</u> 78° Super-Critérium : 38 km 2000 m de dénivelé	8 heures de marche, à allure très soutenue, pour marcheurs super-entraînés.	Départ à 8 h de la Calanque de Port- Miou
<u>Parcours 2</u> Traversée Cassis - Marseille : 32 km 1700 m de dénivelé	8 heures de marche, à allure soutenue, pour marcheurs entraînés.	Départ à 8 h de la Calanque de Port- Miou
<u>Parcours 3</u> Le Massif de Puget : 24 km 1200 m de dénivelé	7 heures de marche, à allure normale, pour bons marcheurs.	Départ à 9 h de Luminy

<u>Parcours 4</u> La Calanque de Marseilleveyre 16 km 600 m de dénivelé	5 à 6 heures de marche à allure moyenne.	Départ à 10 h de Luminy
<u>Parcours 5</u> Le sentier du président 8 km 380 m de dénivelé	4 à 5 heures de marche à allure modérée	Départ à 11 h La calanque de l'Escalette

Participation (documents techniques, diplôme, tee-shirt, petits ravitaillement, boissons au col des Baumettes et à la Campagne Pastré) : 14 € (+ 3 € de car - facultatif suivant votre choix)