Édité le 12/02/2024

RANDONNÉES
HIVER-PRINTEMPS 2024

CANNES SENIORS
LE CLUB

CSLECLUB.COM

TÉL : 04 93 06 06 06

SOMMAIRE

LES SORTIES PÉDESTRES

Vendredi 08 Mars 2024 - Estérel, le Pic d'Aurelle ..... p. 3
Vendredi 22 Mars 2024 - La tête de chien en traversée vers la mer ..... p. 4
Vendredi 05 Avril 2024 - Capuccino à Vintimille ..... p. 5
Vendredi 19 Avril 2024 - Les villages du Paillon ..... p. 6
Vendredi 03 Mai 2024 - Tourves et le Caramy ..... p. 7
Vendredi 17 Mai 2024 - De Caussols à Gourdon ..... p. 8
Vendredi 31 Mai 2024 - De l'Artuby à Bargème ..... p. 9
Vendredi 14 Juin 2024 - Pigna, Castelvittorio et Dolceacqua ..... p. 10

LES ÉCHAPPÉES BELLES

Lundi 04 Mars 2024 - Le Mont Vinaigrier ..... p. 11
Lundi 11 Mars 2024 - Le Camp Romain du Rouret ..... p. 12
Lundi 18 Mars 2024 - Le Jas de Bayle, la Peyma ..... p. 12
Lundi 25 Mars 2024 - Le Rocher de Saint-Barthélémy ..... p. 13
Lundi 08 Avril 2024 - Le sentier côtier de Cap d'Ail ..... p. 13
Lundi 15 Avril 2024 - Saint-Vallier, la pierre druidique ..... p. 14
Lundi 22 Avril 2024 - Autour de la Cime de l'Aigre ..... p. 14
Lundi 06 Mai 2024 - De Villefranche à Saint-Jean-Cap-Ferrat ..... p. 15
Lundi 13 Mai 2024 - Du col de Vence à Saint-Barnabé ..... p. 15
Lundi 27 Mai 2024 - La Caldera de Maure Vieil ..... p. 16
Lundi 10 Juin 2024 - À la fraîcheur de la Brague ..... p. 16

LES CONDITIONS

Encadrement des randonnées ..... p. 17
Conditions générales ..... p. 18-19
Où s'inscrire ? p.20

ESTÉREL, LE PIC D'AURELLE

Le Pic d'Aurelle offre un des plus beaux panoramas de la région. On y accède par les larges pistes de l'Estérel et par quelques passages sur sentier.

Guides professionnels : Noémi et Tom.

CARTE IGN 3544 EST

NIVEAU VERT Le Pic d'Aurelle	NIVEAU BLEU La tour du Pic de l'Ours, le Pic d'Aurelle	NIVEAU ROUGE Le Pic de l'Ours, le Pic d'Aurelle
Référent : Joëlle	*Référent : Jean-Pierre*	*Référente : Marie-Elizabeth*
Dénivelé +300m / -300m Altitude max : 323m Distance : 8km	Dénivelé +420m / -420m Altitude max : 323m Distance : 10,5km	Dénivelé +530m / -530m Altitude max : 488m Distance : 12km
Temps : 3h30	Temps : 4h	Temps : 4h30

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

LA TÊTE DE CHIEN EN TRAVERSÉE VERS LA MER

Des randonnées avec moins de grimpette que de descente ce n'est pas banal ! Celles-ci se faufilent dans un environnement assez peu fréquenté des randonneurs. Mais avec quelles vues !

Guides professionnels : Fabrice et Jean.

CARTE IGN 3740 OUEST

NIVEAU VERT Du Trophée des Alpes à Fontvieille	NIVEAU BLEU Du Mont Bataille à Fontvieille	NIVEAU ROUGE De Laghet à Fontvieille
Référent : Christian	*Référent : Jean-Pierre*	*Référente : Marie-Elizabeth*
Dénivelé +120m / -600m Altitude max : 545m Distance : 10km	Dénivelé +250m / -700m Altitude max : 600m Distance : 12km	Dénivelé +380m / -720m Altitude max : 600m Distance : 15km
Temps : 3h30	Temps : 4h	Temps : 5h

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

CAPUCCINO À VINTIMILLE

Randonnées inédites !
Un étonnant parcours littoral fait de sentiers, pistes, routes et plages avec de magnifiques points de vue pour les uns. Pour les autres, l'ascension de sommets qui surplombent Vintimille et la Riviera avec également des cheminements variés à travers des campagnes perchées.

Guides professionnels : Alain et Gilbert.

CARTE ASF N°1

NIVEAU VERT Menton, Vintimille	NIVEAU BLEU Monte Carbone	NIVEAU ROUGE Madonna della Neve
Référente : Colette	*Référent : Jean-Pierre*	*Référente : Marie-Elizabeth*
Dénivelé +200m / -200m Altitude max : 150m Distance : 9km	Dénivelé +400m / -400m Altitude max : 448m Distance : 10km	Dénivelé +550m / -550m Altitude max : 470m Distance : 14km
Temps : 3h30	Temps : 4h30	Temps : 5h30

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

LES VILLAGES DU PAILLON

À deux pas de la côte, des randonnées dans un autre monde, celui des villages médiévaux. De petits bijoux et des sentiers empierrés ancestraux.

Guides professionnels : Alain et Jean.

CARTE IGN 3740 OUEST

NIVEAU VERT
Traversée Peillon & la Grave

Référent : Christian

Dénivelé
+300m / -200m
Altitude max : 417m
Distance : 7,5km

Temps : 3h30

NIVEAU BLEU
Circuit la Grave Peillon

Référent : Jean-Pierre

Dénivelé
+500m / -500m
Altitude max : 540m
Distance : 8km

Temps : 4h

NIVEAU ROUGE
Traversée de la Grave, Peille, Peillon, Borgheas

Référente : Marie-Elizabeth

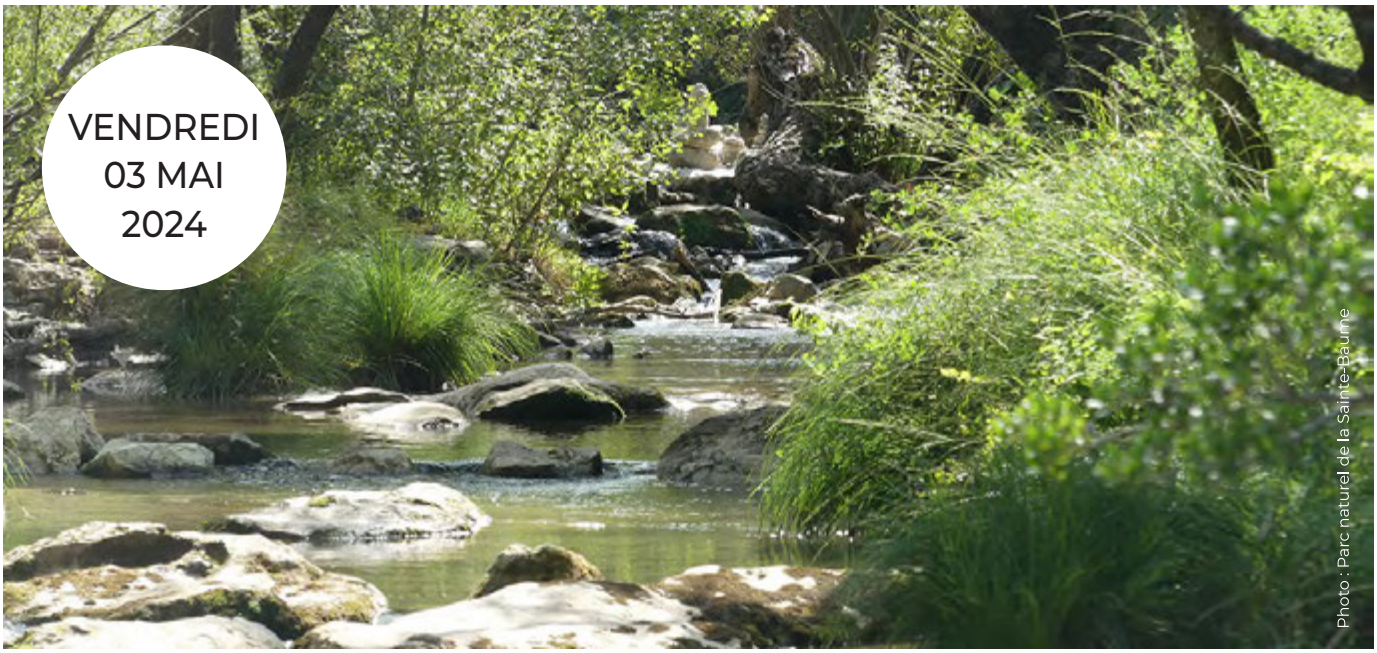
Dénivelé
+550m / -620m
Altitude max : 714m
Distance : 13km

Temps : 4h30

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

TOURVES ET LE CARAMY



Un beau village de la Provence verte et de très jolies gorges havre de paix et de fraîcheur.

Guides professionnels : Philippe et Thibaud.

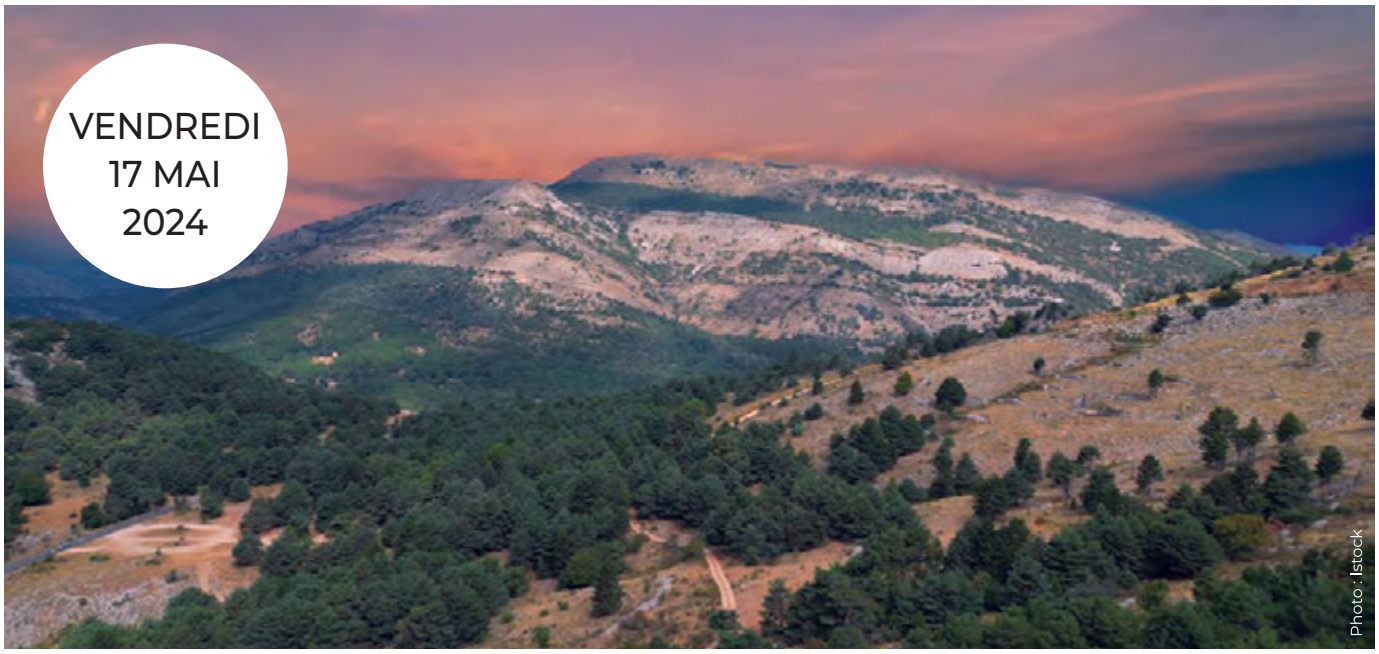
CARTE IGN 3345 OT

NIVEAU VERT La Chapelle Saint-Proba *Référente : Colette*	NIVEAU BLEU Les Gorges du Caramy *Référent : Christian*	NIVEAU ROUGE Les Gorges du Caramy, la Chapelle Saint-Proba *Référente : Marie-Elizabeth*
Dénivelé +240m / -240m Altitude max : 508m Distance : 9km	Dénivelé +280m / -260m Altitude max : 441m Distance : 11km	Dénivelé +470m / -470m Altitude max : 508m Distance : 15,5km
Temps : 3h	Temps : 4h30	Temps : 5h30

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

DE CAUSSOLS À GOURDON



À nouveau des itinéraires avec moins de montée que de descente. Ce sont des grands classiques réputés pour leurs vues imprenables « mer et montagne » tout au long des cheminements.

Guides professionnels : Fabrice et Tom.

CARTE IGN 3542 EST

NIVEAU VERT
Le Haut Montet, Gourdon

Référente : Colette

Dénivelé
+200m / -500m
Altitude max : 1335m
Distance : 8km

Temps : 3h30

NIVEAU BLEU
Colle de Rougiès, Gourdon

Référent : Christian

Dénivelé
+240m / -600m
Altitude max : 1335m
Distance : 11km

Temps : 4h30

NIVEAU ROUGE
Calern - Gourdon

Référente : Marie-Elizabeth

Dénivelé
+280m / -620m
Altitude max : 1335m
Distance : 14km

Temps : 5h

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins
7H05	Pont des gabres (Picard)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)
7H20	Boulevard du Riou
7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

DE L'ARTUBY À BARGÈME

Des parcours inédits pour les trois groupes depuis la Martre et ses belles forêts, jusqu'à Bargème, « plus beau village de France ».

Guides professionnels : Fabrice et Jean.

CARTE IGN 3542 OT

NIVEAU VERT
« Le Pont de Madame », Bargème

Référent : Michel

Dénivelé
+280m / -300m
Altitude max : 1170m
Distance : 9km

Temps : 4h

NIVEAU BLEU
Les Combes, « le Pont de Madame », Bargème

Référent : Christian

Dénivelé
+380m / -400m
Altitude max : 1170m
Distance : 10km

Temps : 4h30

NIVEAU ROUGE
« La Tour de l'Artuby »

Référente : Marie-Elizabeth

Dénivelé
+550m / -580m
Altitude max : 1288m
Distance : 15km

Temps : 5h30

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

PIGNA, CASTELVITTORIO ET DOLCEACQUA

Des randonnées entre les beaux villages de la Ligurie dans la vallée de la Nervia. Elles se terminent au bord de belles launes d'eau limpide. Sur le chemin du retour, arrêt à Dolceacqua pour en découvrir les ruelles pittoresques.

Guides professionnels : Alain et Jean.

CARTE FRATERNALI EDITORE « SAN REMO VAL VERNIA 3 1:25000

NIVEAU VERT Castel Vittorio	NIVEAU BLEU Découverte de Pigna	NIVEAU ROUGE Pigna & Colla Mirabello
Référente : Colette	*Référent : Christian*	*Référente : Marie-Elizabeth*
Dénivelé +220m / -220m Altitude max : 320m Distance : 7,5km	Dénivelé +390m / -390m Altitude max : 620m Distance : 9km	Dénivelé +600m / -600m Altitude max : 810m Distance : 13km
Temps : 3h30	Temps : 4h	Temps : 5h

TRANSPORTS

7H00	Notre-Dame des Pins	7H20	Boulevard du Riou
7H05	Pont des gabres (Picard)	7H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
7H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	7H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)

ÉCHAPPÉES BELLES

Balades à niveau modéré, en demi-journée, encadrées par un accompagnateur professionnel, qui nécessitent néanmoins un équipement de sortie pédestre.

LE MONT VINAIGRIER

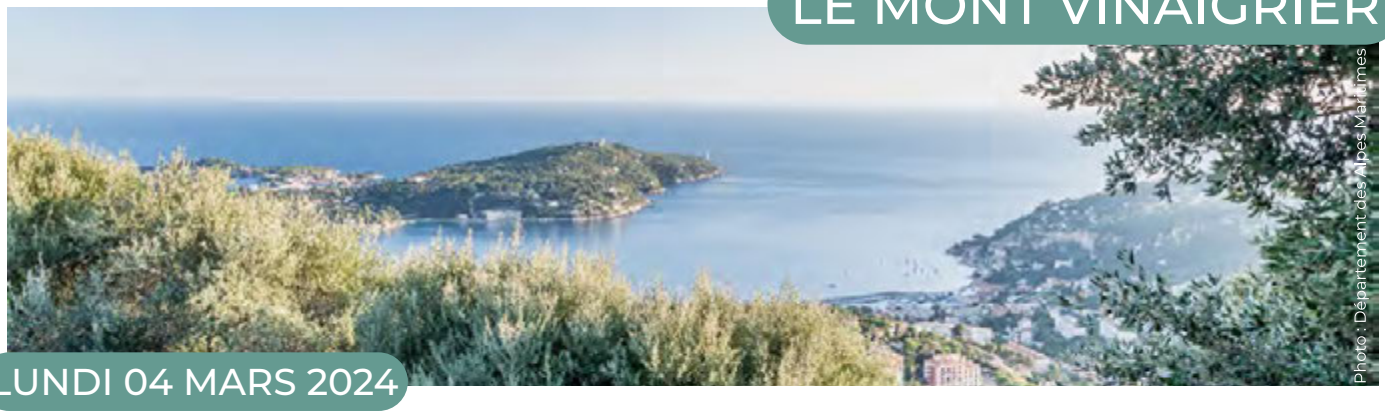


Photo : Département des Alpes Maritimes

LUNDI 04 MARS 2024

Une échappée tout en douceur sur les hauteurs de Nice et de Villefranche.
Un cheminement en forêt et au travers de belles restanques.

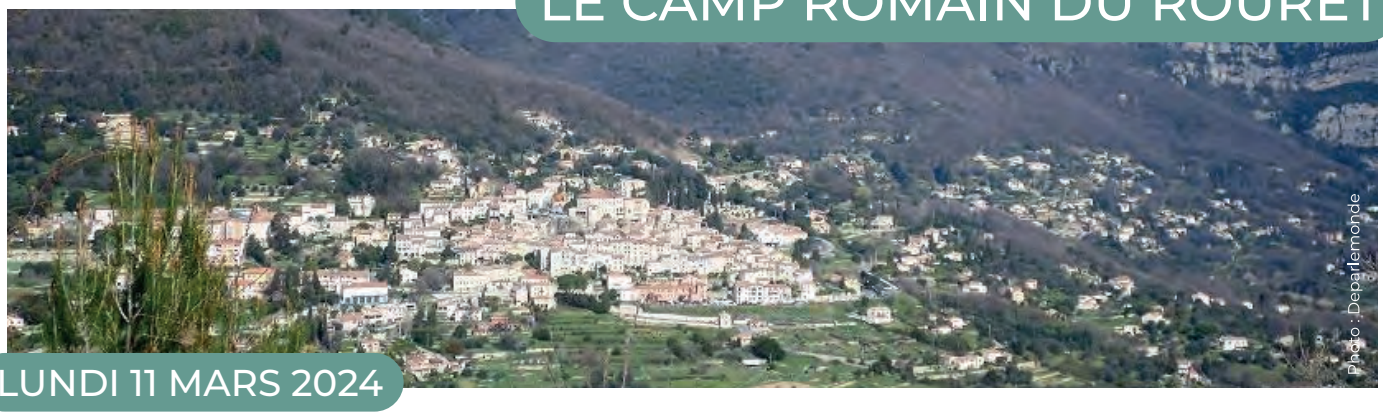
Guide professionnel : Loïc.

Référent : Colette	Dénivelé : +50m / -200m Altitude max : 350m Distance : 4,2km	Temps : 2h30

TRANSPORTS

13H00	Notre-Dame des Pins	13H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
13H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	13H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)
13H20	Boulevard du Riou		

LE CAMP ROMAIN DU ROURET



LUNDI 11 MARS 2024

Un itinéraire sur de belles pistes bien tracées à travers la forêt du Rouret.
Au point culminant, panorama sur les gorges du Loup.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +140m / -140m Altitude max : 479m Distance : 6km	Temps : 3h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

LE JAS DE BAYLE, LA PEYMA

LUNDI 18 MARS 2024

Du sentier puis de larges pistes pour tracer un vaste plateau qui domine Vence et au-delà du pays côtier.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Colette	Dénivelé : +90m / -90m Altitude max : 820m Distance : 5km	Temps : 3h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

LE ROCHER DE SAINT-BARTHÉLÉMY

LUNDI 25 MARS 2024

Sans doute un des plus beaux parcours de l'Estérel. Un sentier bien tracé suivi d'une piste tranquille pour rejoindre un superbe belvédère depuis le rocher St Barthélémy et sa rhyolite fauve.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +130m / -130m Altitude max : 160m Distance : 5km	Temps : 3h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

LE SENTIER CÔTIER DE CAP D'AIL

LUNDI 08 AVRIL 2024

Un grand classique que cette échappée littorale toujours très agréable à parcourir. Un sentier côtier très plébiscité.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +40m / -120m Altitude max : 80m Distance : 4km	Temps : 2h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

SAINT-VALLIER, LA PIERRE DRUIDIQUE

LUNDI 15 AVRIL 2024

Parcours classique sur le plateau de Saint-Vallier, pour l'essentiel en descente douce au milieu d'une chênaie aérée.

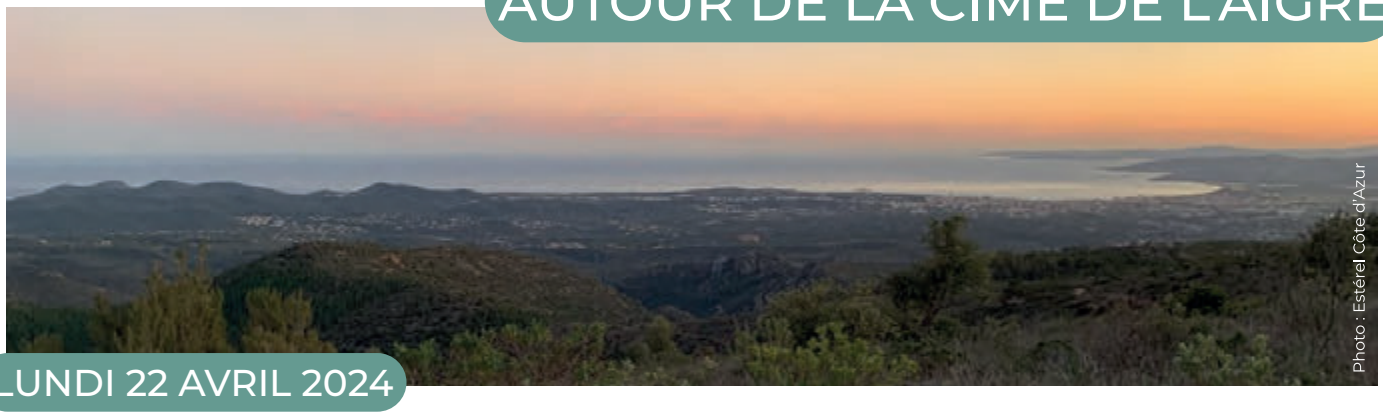
Guide professionnel : Loïc.

Référente : Colette	Dénivelé : +40m / -80m Altitude max : 716m Distance : 4,5km	Temps : 2h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

AUTOUR DE LA CIME DE L'AIGRE



LUNDI 22 AVRIL 2024

L'Estérel à nouveau mais cette fois-ci côté terre. Un circuit en boucle autour de la cime de l'Aigre sous le Mont Vinaigre. Pistes et sentiers qui nécessitent d'être bien chaussés.

Guide professionnel : Tom.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +120m / -120m Altitude max : 410m Distance : 5,5km	Temps : 3h

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

DE VILLEFRANCHE À SAINT-JEAN-CAP-FERRAT

Photo : Istock

LUNDI 06 MAI 2024

Une traversée de la rade de Villefranche et de la Baie des Fourmis sans difficulté. Petit clin d'oeil au passage à David Niven, célèbre résident de ces lieux.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +50m / -70m Altitude max : 65m Distance : 4,5km	Temps : 2h30

TRANSPORTS

13H00	Notre-Dame des Pins	13H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
13H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	13H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)
13H20	Boulevard du Riou		

DU COL DE VENCE À SAINT-BARNABÉ

Photo : Istock

LUNDI 13 MAI 2024

Une traversée sur sentiers et pistes sur le plateau de Saint-Barnabé, très prisée par les amoureux des grands espaces. Un univers où l'on peut croiser des troupeaux, des chevaux et la faune sauvage dans les Bondes de Pouis.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +70m / -70m Distance : 4,5km	Temps : 2h30

TRANSPORTS

13H00	Notre-Dame des Pins	13H25	Vallombrosa (Arrêt Bergia)
13H10	Avenue de Grasse (Commissariat)	13H35	La Bocca (Arrêt Intermarché)
13H20	Boulevard du Riou		

LA CALDERA DE MAURE VIEIL

Photo : Mandelieu-la Napoule

LUNDI 27 MAI 2024

À la découverte des phénomènes volcaniques tout proches. Au gré du parcours présentation de leur histoire tourmentée et de leurs traces, cratères, tuyères et autres.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Colette	Dénivelé : +90m / -90m Altitude max : 95m Distance : 4,5km	Temps : 2h30

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

À LA FRAÎCHEUR DE LA BRAGUE

Photo : Biot Tourisme

LUNDI 10 JUIN 2024

À l'approche des chaleurs estivales, une échappée dans les luxuriantes gorges de la Brague et de leur fraîcheur.

Guide professionnel : Loïc.

Référente : Marie-Elizabeth	Dénivelé : +70m / -110m Altitude max : 100m Distance : 5km	Temps : 2h30

TRANSPORTS

13H00	NOTRE-DAME DES PINS	13H25	VALLOMBROSA (ARRÊT BERGIA)
13H10	AVENUE DE GRASSE (COMMISSARIAT)	13H35	LA BOCCA (ARRÊT INTERMARCHÉ)
13H20	BOULEVARD DU RIOU		

ENCADREMENT DES RANDONNÉES

L'encadrement des niveaux bleu et vert est assuré par des accompagnateurs en montagne professionnels diplômés, assistés par des encadrants bénévoles. Le niveau rouge est encadré par un bénévole diplômé FFRS et ne peut accueillir que des licenciés FFRS.

LES NIVEAUX

RANDO VERTE : Niveau facile pour pratiquant en bonne santé et ayant un minimum d'activité physique. 3h30 à 4h de marche découverte, sur sentier à dénivelé modéré de 200 à 250m, représentant 1h de montée durant la randonnée, pour une distance de 8 à 12 kilomètres.

RANDO BLEU : Niveau moyen pour pratiquant habitué à une activité physique régulière, 4h à 4h30 de marche découverte sur sentiers, d'un dénivelé de 300 à 500m, représentant 1h à 1h30 de montée durant la randonnée, pour une distance de 12 à 15 kilomètres.

RANDO ROUGE : Niveau confirmé pour pratiquant entraîné. 4h30 à 5h de marche sur sentiers, d'un dénivelé de 500 à 800m, représentant 2h à 2h30 de montée durant la randonnée, pour une distance de 16 à 18 kilomètres.

ÉCHAPPÉES BELLES : Balade pour marcheurs autonomes, 2h à 3h de marche sur sentiers avec dénivelé maximum de 110m de montée, représentant 5 à 6 kilomètres environ.

Pour certains parcours, le dénivelé peut être légèrement supérieur à celui communément pratiqué ; cela est compensé par une distance inférieure. Dans ce cas, c'est l'ensemble de l'itinéraire qu'il faut apprécier, car l'effort global à consentir est inchangé. Il est demandé à tous les marcheurs, de changer de chaussures avant de remonter dans le car et de laisser leurs équipements de marche, dans le coffre du car.

VOS RÉFÉRENTS BÉNÉVOLES

Colette Bornier	06 84 01 80 05	Jean-Pierre Ovion	06 07 35 63 81
Joëlle Boyer	06 33 93 98 51	Christian Pasquier	06 42 33 33 62
Marie-Elizabeth Hope	06 11 88 71 60	Michel Vitzikam	06 84 21 71 86

CONDITIONS GÉNÉRALES

S'inscrire à une randonnées, c'est s'associer à un groupe, en accepter les règles et marcher en fonction de ses capacités. Les bénéfices de cette activité physique ne sont plus à démontrer : une bonne condition musculaire, une souplesse des ligaments et tendons, une meilleure oxygénation du cerveau, une meilleure confiance en soi.

PARTICIPATION

1. Carte Club ou Carte Accueil, à jour de cotisation.
2. Assurance Pédestre (8€) ou attestation personnelle, pour les randonnées niveau bleu et vert et échappées belles.
3. Affiliation à la FFRS obligatoire (34€), pour le niveau randonnée rouge. Un passage par le niveau « Rando verte » est obligatoire, avant de s'inscrire à une « Rando Bleu ». Idem entre les niveaux « Rando Bleue » et « Rando Rouge ».
4. Certificat Médical Préalable à la pratique des randonnées pédestres (à retirer dans les clubs et à faire remplir, par un médecin), à renouveler obligatoirement après une interruption de 2 mois.
5. Règlement lors de l'inscription.

Tarifs à la sortie :

RANDONNÉES		
CLUB	ACCUEIL	ASPA
25€	26€	15€

ÉCHAPPÉES BELLES		
CLUB	ACCUEIL	ASPA
24€	25€	14€

Vous souhaitez associer des amis de passage à une sortie, c'est possible, sous couvert d'une participation de 5€ (assurance à la journée) en plus du tarif journée : 26€ (randonnée), 25€ (EB). S'ils choisissent d'adhérer à Cannes Seniors Le Club, les 5€ seront déduits de leur assurance annuelle lorsqu'ils prendront leur carte Cannes Seniors Le Club ou Accueil.

EN CAS DE TEMPS INCERTAIN

Pour toute annulation en dehors des heures d'ouverture de Cannes Seniors Le Club, merci de téléphoner au 04 93 06 48 43. L'information vous sera transmise par répondeur. En cas de doute, vous pouvez appeler les référents concernés (noms inscrits sur chaque sortie).

ÉQUIPEMENT

1. Des chaussures de marche (montantes, avec semelles et talons crantés) obligatoires pour tous les niveaux, pas de baskets ni de sandales. Toute personne n'étant pas chaussée conformément à ces indications, ne montera pas dans le car et perdra le bénéfice de sa sortie.
2. Des bâtons de marche téléscopiques sont vivement recommandés.
3. Une bande de contention de 10cm de large, et petite pharmacie de première urgence.
4. Une paire de lacets de rechange.
5. Votre téléphone portable à n'utiliser que lors des pauses. Par mesure de sécurité, ne téléphonez pas en marchant et positionnez votre appareil sur le mode « silence » en début de journée, pour la tranquilité et le respect de l'ensemble des participants.

RISQUES & RESPONSABILITÉS

Une modification des éléments naturels durant le parcours (pluie, terrain glissant, éboulis, sentier détourné, neige...) peut augmenter la difficulté de la randonnée programmée. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur du groupe. À la descente du bus, les responsables forment leurs groupes respectifs. Le départ sera progressif et la cadence déterminée par la progression des plus lents. Chacun doit respecter le groupe qui lui a été désigné et se conformer aux consignes données par les guides, accompagnateurs.

IMPORTANT

Un changement de destination peut être décidé au dernier moment, par l'accompagnateur, pour des raisons de sécurité ou météorologiques. Nul ne pourra prétendre à être remboursé, si la nouvelle destination n'est pas à son goût. Toutes les informations vous sont données à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir, indépendantes de notre volonté. L'adhérent est autonome et garant de lui-même et de ses accompagnants, notamment en ce qui concerne le respect des horaires donnés au groupe auquel il appartient. Cannes Seniors Le Club ne pourra, en aucune façon, être tenu pour responsable des conséquences de l'inobservation des consignes données. (Remboursement de sortie, frais de rapatriement, dommages et intérêts,...).

Les demandes d'annulation ou de report seront prises en compte, pour les randonnées, jusqu'au mardi 17h et jusqu'au jeudi 17h pour les échappées belles. Au-delà, la sortie sera perdue. Une somme de 5€ sera prélevée pour toute demande. Seules les annulations pour hospitalisation seront remboursées sans délai et sans réduction, sur présentation d'un justificatif. En cas de mauvais temps, ou d'un nombre insuffisant de participants, la sortie sera remboursée ou reportée.

EN CAS D'INCIDENT

Faire stopper la marche du groupe. Alerter immédiatement l'accompagnateur professionnel qui constatera la gravité de l'accident. Lui seul est habilité à faire une déclaration auprès de nos services.

OU S'INSCRIRE ?

SIEGE SOCIAL	15, Avenue du Petit Juas Cannes	Tél . 04 93 06 06 06 contact@csleclub.com
ESPACE PRÉVENTION	2, Rue Sergent Bobillot Cannes	Tél . 04 93 06 48 57 prevention@csleclub.com
NOTRE-DAME DES PINS	30, Boulevard Alexandre III Cannes	Tél . 04 93 06 48 63 club.ndp@csleclub.com
RÉPUBLIQUE	Villa « Les Bleuets » 7, Avenue Isola Bella . Cannes	Tél . 04 93 06 48 67 club.republique@csleclub.com
NOYER	73, Rue Félix Faure Cannes	Tél . 04 93 06 48 65 club.noyer@csleclub.com
CARNOT	28, Avenue du Petit Juas Cannes	Tél . 04 93 06 48 62 club.carnot@csleclub.com
LA BOCCA	25, Avenue Michel Jourdan Cannes-la-Bocca	Tél . 04 93 06 48 60 club.labocca@csleclub.com
RANGUIN	Coeur de Ranguin Centre commercial Cannes-la-Bocca	Tél . 04 93 06 48 66 club.ranguin@csleclub.com
LA FRAYERE	Résidence Ste-Jeanne . Bâtiment L Chemin des Genévriers . Cannes-la-Bocca	Tél . 04 93 06 81 11 club.lafrayere@csleclub.com

CANNES SENIORS
LE CLUB

Tél . 04 93 06 06 06 / Mail . contact@csleclub.com

Rejoignez-nous sur : www.csleclub.com et facebook.com/csleclub

Ne pas jeter sur la voie publique.