

RANDONNEES A THEMES

Pour fêtes de village, visites culturelles, rando -théâtre, randos gourmandes

Un dimanche ou un jeudi tous les mois et demi environ, une rando de 6 à 8 kms de faible dénivelé, suivie ou précédée d'une des fêtes citées ci-dessus. (allure modérée)

Avec un départ du Salamandrier vers 8 h ou 8 h 30 selon la saison. Les enfants à partir de 8 ans, sont les bienvenus. Ils doivent être obligatoirement accompagnés et sous la responsabilité de leurs parents, grands-parents ou tuteurs.

COMMISSION VIE ASSOCIATIVE

Organise à l'occasion ou en dehors des marches, différentes activités telles que des sorties culturelles, soirées dansantes, repas, loto, dégustation de galettes des rois, l'intendance du challenge rando et repas de fin de saison.

COMMISSION SENTIERS et BALISAGE

La commission sentiers prépare les circuits de toutes nos randonnées.

Quant au balisage, il sert aux repérages des couleurs et il procède aux élagages des chemins sur ordre de mission du CDRP.

FORMATION D'ANIMATEURS de RANDONNEES

Chaque randonnée est conduite par un animateur titulaire du PSC 1 (premier secours civiques 1) et reconnu officiellement par le Président de l'Association.

Un cycle annuel d'initiation, théorique et pratique, à la lecture et à l'orientation est ouvert à tous les adhérents.

Il peut être la première étape de la formation des animateurs de randonnée. Il peut conduire, pour certains, à la préparation au brevet fédéral d'animateur bénévole de la randonnée pédestre.



RENSEIGNEMENTS DIVERS

Conditions nouvelle adhésion après deux randonnées d'essai
(de difficulté facile ou moyenne)

L'inscription à la licence FFRP est obligatoire
sa présentation peut être réclamée par l'animateur

Un certificat médical, de non contre-indication
à la pratique de la randonnée, est exigé.

Accueil ponctuel et limité de personnes non
licenciées sous certaines conditions
(voir règlement intérieur)

En randonnée votre sécurité est notre priorité

1. Sac à dos et chaussures de marche adaptés sont exigés
2. Le responsable de la randonnée refusera toute personne mal équipée
3. Les chiens ou autres animaux ne sont pas admis
4. Les cueillettes sont proscrites
5. On ne fume pas du départ à l'arrivée de la randonnée
6. Aucune propagande politique ou confessionnelle n'est admise
7. L'utilisation de téléphone est interdite quand le groupe est en marche
8. Elle peut être autorisée par l'animateur durant les nombreux arrêts ou en cas d'urgence.

Renseignements et programme

- A l'office de tourisme de Draguignan
- A la permanence, le samedi matin au bureau au local de l'Association de 9h15 à 11h30
- Sur notre site internet
<https://www.randonneurs-draceniens.fr/>
Ces renseignements sont repris avec plus de détails sur notre site Internet

Edition 09/2023 G.G/J.L



DECOUVRIR A PIED LE VAR DU LITTORAL AUX ALPES

**BUREAU : 55, avenue du 4 septembre
83300 DRAGUIGNAN**

Tél : 04 94 68 72 35

Site : <https://www.randonneurs-draceniens.fr>

Email : randonneurs.draceniens@gmail.com



ADRESSE POSTALE

Les Randonneurs Dracéniens
SMAD Centre Joseph COLLOMP
Place René Cassin
83300 DRAGUIGNAN

LA RANDONNEE PEDESTRE

Licenciés sportifs, assurés en responsabilité civile, défense et recours, frais de recherches et de secours, accidents corporels et assistance

Les Randonneurs Dracéniens vous proposent de début septembre à fin juin des randonnées hebdomadaires et lointaines à la journée
RV au Salamandrier



Randonnée pédestre



LA RANDO SANTE

Des randonnées douces destinées aux personnes ayant des ennuis de santé, encadrement par nos animateurs qualifiés.
Tous les jeudis matin à 9 h au Salamandrier



PROPRIETES SPECIFIQUES DES 7 CATEGORIES DE COULEUR

DIMANCHE: 16 à 18 km 600 à 800m dénivelé. Allure normale 6 h de marche

NOIRE : 18 à 22 km 700 à 1000 dénivelé
Allure soutenue 6 h de marche

ROUGE : 17 à 20 km 700 à 1000 m dénivelé
Allure normale 6 h de marche

BLEUE 14 à 17 km 300 à 700 m dénivelé
Allure normale 5 heures de marche

VERTE : 11 à 17 km 200 à 400 m dénivelé
Allure modérée 4 à 5 h de marche

JAUNE : 9 à 11 km 100 à 300 m dénivelé
Allure très modérée 3 à 4 h de marche

LA RANDO SANTE : 5 à 6 km maximum, pentes faibles et courtes. Allure adaptée, 2/2h30 de marche.

RANDONNEES LOINTAINES A LA JOURNEE DANS LES DEPT 83, 06,13 et 04

Le dimanche

Départ à 7 h mois 09-05-06

Départ à 7 h30 les autres mois

Rendez-vous sur le parking de la gare routière Draguignan

Le mardi

Mêmes horaires que le dimanche
Rendez-vous Salamandrier

Les séjours

Nous vous proposons des séjours de 2 à 6 jours avec hébergement, randonnées, visites et animations en soirée, à l'automne, été et hiver.
Possibilité de séjours ou voyages en France ou à l'étranger via le CDRP ou la FFRP

ASSOCIATION FONDEE LE 26 SEPTEMBRE 1986 loi de 1901

N° SIREN 424 123 974

N° Agrément SPORT 83 S1918

Affiliée à la fédération française de randonnée pédestre sous le n° G 00928

TARIFS SAISON 2023 / 2024

Licence classique	61,00 €
Licence familiale	117,00 €
Licence FFRP autre association	32,00 €
Adhérent non licencié	22,00 €
Licence Rando Santé	61,00 €

(Liste non exhaustive)

Accueil ponctuel et limité de personnes non licenciées sous certaines conditions (voir site internet)

RANDONNEES HEBDOMADAIRES

Le dimanche

Un circuit de 15 à 18 km 500 à 700 m de dénivelé
6 h de marche à allure normale

Départ à 8 h mois 09-05-06

Départ à 8 h 30 les autres mois

Rendez-vous sur le parking de la gare routière Draguignan

Le mardi

CINQ CATEGORIES DE RANDONNEES

Rendez-vous sur le parking du centre commercial Salamandrier de Draguignan

Départ à 8 h mois 09-05-06

Départ à 8h 30 les autres mois

pour les randos noire-rouge-bleue et verte

la jaune part à 9 h mois 09-05-06
et à 9h 30 les autres mois

Le jeudi

La Rando Santé part à 9 h toute l'année.
Rendez-vous au Salamandrier