



## L'évasion en randonnée

### PROGRAMME DE FEVRIER 2026 A MAI 2026

DATE	ANIM	RANDONNEE	NIVEAU	Difficulté	Durée	Deni v m	Dist km	RDV	LIEU
01/02/26	CECILE DANIELE	SEMAPHORE DU BEC DE L'AIGLE LA CIOTAT	*		3h30	300	11	8h30	COURS P PUGET
	CLAUDINE HENRI	PICHAURIS BOUCLE DANS LE DOMAINE	*		5h	370	11	8h30	COURS P PUGET
05/02/26	EVELYNE	LA PARADE PALAMA	RANDO DOUCE		3h30	200	8		METRO LA ROSE BUS 5
08/02/26	PIERRE	LES VALLONS DE CHATEAUNEUF LES MARTIGUES	*		5h	360	13	8h30	COURS P PUGET
	ALAIN	GARLABAN DEPART DE LASCOURS	AU **	Montée raide	5h30	640	10	8h30	COURS P PUGET
15/02/26	ALEX	LES 5 ETANGS MARTIGUES	*		5h	300	15	8h45	COURS P PUGET
19/02/26	EVELYNE	MARSEILLE DE PUGET A BORELY	RANDO URBAINE		3h30	200	7	9h30	OMBRIERE VIEUX PORT
22/02/26	DENIS EVELYNE	GRANS FONTAINE MARY ROSE	*		5h15	210	15	8h15	COURS P PUGET
01/03/26	ALEX	COL DE LA GATASSE PLAGES DES LAURONS MARTIGUES	*		4h	300	12	9h	COURS P PUGET
	PIERRE	LA CIOTAT LES PIERRES BARONNES LE TELEGRAPHE	**		5h	400	12	8h30	COURS P PUGET
05/03/26	EVELYNE	SEPTEMES VALLON DE FREYGUIERES	RANDO DOUCE		3h45	100	10	9h	GARE ST CHARLES CAR 51
08/03/26	CLAUDINE HENRI	GARLABAN VALLON DE L' AMANDIER	*	Montée raide	5h	350	10	8h30	COURS P PUGET
	CECILE DANIELE	REFUGE DE TUNY PAR LE VALLON DES SEIGNORS ET LE VALLON SAINT CLAIR	**	Montée raide	4h15	470	10	8h30	COURS P PUGET
15/03/26	PIERRE	LE PUY STE REPARADE PANAROMA SUR LA DURANCE	*		4h30	250	13	8h30	COURS P PUGET
	ALEX	LA FARE LES OLIVIERS	**		5h30	400	20	8h15	COURS P PUGET
	ALAIN	LA GLACIERE DE GEMENOS	**	Montée raide	5h30	570	12	8H30	COURS P PUGET

DATE	ANIM	RANDONNEE	NIVEAU	Difficulté	Durée	Deni v m	Dist km	RDV	LIEU
19/03/26	EVELYNE	LA FEVE LES GRANDS CHENES	RANDO DOUCE		3h45	300	8	9h30	METRO LA ROSE BUS 142
22/03/26	CECILE DANIELE	BOUCLE DES SOURCES DE L'HUVEAUNE PAR LE PAS DE PEYRUIS	*	Montée raide	3h30	300	10	8h30	COURS P PUGET
	DENIS EVELYNE	SIOU BLANC L ABIME DE MARAMOUYE ELEPHANT DE PIERRE	*		5h20	370	15	8h15	COURS P PUGET
29/03/26	CLAUDINE HENRI	CUGES LES BARRES DE CASTILLON	*	Annulée par vent fort	4h30	300	9	9h	COURS P PUGET
02/04/26	EVELYNE	AIX EN PROVENCE LA TORSE	RANDO DOUCE		3h30	80	9	9h	GARE ST CHARLES CAR 50
06/04/26	DENIS EVELYNE	BUOUX L AIGUEBRUN	*		4h30	300	12	8h30	COURS P PUGET
12/04/26	CLAUDINE HENRI	VALLON DE LA GINESTE	*	Sentier caillouteux	5h30	300	12	8h30	COURS P PUGET
	DENIS	SAINT REMY DE PROVENCE GAUDRE DE ST REMY	LE **	Passage en échelle	5h20	300	16	8h	COURS P PUGET
16/04/26	EVELYNE	LA BARASSE	RANDO DOUCE		3h30	200	9	9h	METRO TIMONE BUS 40
19/04/26	CLAUDINE HENRI	MAZAUGUES FONTAINE DE LA GUILLANDIERE	*		5h	330	10	8h30	COURS P PUGET
26/04/26	DENIS EVELYNE	AURONS LES 3 CHAPELLES	*		4h30	250	16	8h30	COURS P PUGET
30/04/26	EVELYNE	LE REDON MONT DE LUMINY LES BAUMETTES	RANDO DOUCE		3h45	250	9	9h30	BUS B1 ARRET LE REDON
03/05/26	PIERRE	ROGNAC PLATEAU DE L ARBOIS	*		5h30	300	17	8h30	COURS P PUGET
	ALEX	FONT BLANCHE LE MONTOUNIER	**		4h30	450	12	9h	COURS P PUGET
10/05/26	DENIS	AIX EN PROVENCE DE LA TORSE A LA TOUR CESAR	*		4h50	260	14	8h45	COURS P PUGET
	ALAIN	LES LECQUES PORT D'ALON	**	Chemin accidenté	5h			8H30	COURS P PUGET
17/05/26	CLAUDINE	MAZAUGUES VALLON DE THUYA	*		4h	350	10	8H30	COURS P PUGET

21/05/26	EVELYNE	L ESTAQUE CORBIERES SENTIER DES PEINTRES	RANDO URBAINE		3h30	50	7	9h30	PLACE DE LA JOLIETTE BUS 35
24/05/26	PIERRE	SAINT MITRE LES REMPARTS LE BALCON DE CADERAOU	*		4h	250	12	8h30	COURS P PUGET

**NB LES RANDOS SONT ANNULEES EN CAS DE PLUIE  
DE VENT FORT OU ARRETE PRECTORAL**

**INSCRIPTION**

POUR LE DIMANCHE INSCRIPTION DE PREFERENCE AVANT LE VENDREDI 20H

POUR LE JEUDI INSCRIPTION DE PREFERENCE AVANT LE MARDI 20H

**MARCHE NORDIQUE**

SEANCES TOUS LES JEUDIS DE 9H30 A 11H30 A LUMINY AVEC PHILIPPE

INSCRIPTION DE PREFERENCE LE MARDI AVANT 20H

SEANCES TOUS LES SAMEDIS DE 9H30 A 11H30 A LUMINY AVEC PHILIPPE

INSCRIPTION DE PREFERENCE LE JEUDI AVANT 20H

**CODIFICATION RANDONNEE**

\* : SANS DIFFICULTE ET ACCESSIBLE A TOUS

\*\* : PETITES DIFFICULTES OU LONGUE DISTANCE

\*\*\*: POUR BONS RANDONNEURS



**COORDONNEES**

ADRESSE 356 RUE SAINT PIERRE  
COTE SUD BT B  
13005 MARSEILLE

TELEPHONE 06.80.25.15.11  
06.67.03.21.18

MAIL [contact.evasionrandonnee@gmail.com](mailto:contact.evasionrandonnee@gmail.com)

SITE [www.evasionrandonnee.fr](http://www.evasionrandonnee.fr)