

SETE - ESCAPADE

Siège Social : 4 rue du Brick Goelette - 34200 SETE Tel : 04 67 78 08 79 / 06 89 87 83 89 courriel : sete.escapade@orange.fr www.seteescapade.fr

CALENDRIER DES ACTIVITES DU mois de Septembre2020

Date	Lieu de Randonnée	Départ Parking Mas Coulet	Tel: Animateurs	Categorie	Km de Sete
03/09/2020	Cournonterral la Bergerie de la commune Côte Belle mas Fertaliere Départ: Cournonterral	12h15	Claude 06 51 73 81 65	R2 - 11,89 km - 244 - IBP = 39	24
06/09/2020	Les Berges de l'Hérault Départ: St.Bauzille de Putois	08h45	Patrick 06 63 73 52 47	R2 - 14 km - 197m+ IBP = 42	70
13/09/2020	La Bueges de St. Jean à St. André Départ : St.Jean de Bueges	08h35	Patrick 06 63 73 52 47	R2 - 12 km - 79m+ IBP = 34	75
17/09/2020	Le Roc d'Anduze / St.Felix de Monceau Départ: Issanka	12h15	Claude 06 51 73 81 65	R2 - 11,20 km - 247m+ IBP = 36	11
-----	Séjour Le Lavandou du 18/09/2020 au 25/09/2020	-----	Bernard G. & Jean-Marie B.	-----	-----
20/09/2020	Partlages Le plateau de Courcol, Col du Jouquet, Fontaine aux oiseaux Départ : Partlages	08h15	Claude 06 51 73 81 65	R2 - 14,17 km - 494m+ IBP = 57	75

RANDONNEES : 10 à 25 km selon catégories : **R.1 -Très facile,** **R.2 -Facile,** **R.3 -moyenne,** **R.4 -Difficile,** **R.5 -Très difficile**

EQUIPEMENT : Sac à dos, cape de pluie, repas froid, boisson en suffisance, petite pharmacie (compresses stériles, bande Velpeau de 10, sparadrap, petits ciseaux, aspirine ...)

Afin d'être en conformité avec les nouvelles règles de sécurité, les animateurs demandent à ce que les participants soient équipés de chaussures hautes crantées et ne se surestiment pas. La randonnée doit rester un plaisir.

Lors des sorties, il est nécessaire que les participants s'auto disciplinent suivant les directives de l'animateur

L'indemnité de covoiturage est calculée selon les distances et répartie entre les passagers des voitures sur la base de 0,30 € le kilomètre