

LES AMIS DE LA NATURE TOULON PORT LA MONTAGNE

201 1venue de Bellegarde 83100 TOULON
Tél: 06 66 46 62 33
e-mail : an.portlamontagne@orange.fr

PROGRAMME DE JANVIER A MARS 2026

Retrouvez les Amis de la Nature et le programme sur
<http://www.toulonmontagne.utan.fr/>



Modifications ou changements : par mail ou en dernier ressort par whatsapp groupe AN TPLM83.

A demander par mail **exclusivement** à : an.portlamontagne@orange.fr

Autres modifications de dernière minute : Prévenir par SMS la Présidente au 06 66 46 62 33 **AVANT** le départ.

DATE	Heure départ		Niveau	LIEU	RESPONSABLE
JANVIER					
Lundi 5 : REUNION DU CA A 17H00					
Dim 4	9H00			Sortie à déterminer	
	9H30			Sortie à déterminer	
	10H00		1	La Ripelle / Le Revest	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 8	8H30			Sortie à déterminer	
	8H30	E	2+	Sainte-Christine Valcros	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
Dim 11	9H30			SORTIE COMMUNE: Bain de l'année Port Pothuau/ Plage de l'Argentière	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68) & Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
				Vin chaud offert aux courageux	
Jeudi 15	8H30			Sortie à déterminer	
	8H30	E	2	Du pin de Galle à la mine du Pradet	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Sam 17	15H00			Après-midi récréative et Galette des Rois - Maison de quartier Pont du Las	
				Participation de 10 € AN et 12 € non AN	
				Inscriptions par chèque jusqu'au 12 janvier	
Dim 18	9H00		3++	Les barres de Cuers	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30		2++	Le Faron	Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00		1	Dolmen de Gaoutabry / La Londe	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundi 19 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 22	08H30	E	2	SORTIE COMMUNE J1/J2 GRILADES & GALETTE DES ROIS	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79) & Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
				Visite de la chartreuse l'après midi	
Dim 25	9H00		3+	Evenos / grotte de la Capucine	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30		2+	Presqu'île de Giens ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	La Londe Le Trapan ANNULEE	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 29	8H30	E	2	SORTIE COMMUNE J1/J2 GRILADES & GALETTE DES ROIS	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79) & Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30			Siou Blanc	
FEVRIER					
Dim 01	9H00		3+	Bandol / Saint Cyr ANNULEE	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33) & Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	9H30		2+	Le Faron depuis le fort Saint Antoine	
	10H00		1	La Navarre	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Lundi 02 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 05	8H30	E	3++	Crêtes des Pradelles ANNULEE	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	8H30	E	2	Solliès Ville / le petit Coudon ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 08	9H00		3+	Crêtes de Cavalière ANNULEE	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30		2+	Le Fenouillet ANNULEE	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	La Londe/Le Trapan ANNULEE	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 12	8H30	E	3++	Sainte Anastasie	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	8H30	O	3+	Le gros Cerveau depuis le zoo de Bandol	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 15	9H00		3++	Le Revest / le grand Cap par le vallon du Cierge	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30		2+	Le Fenouillet	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	Tourris / Le château	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Lundi 16 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 19	8H30	E	3++	Chateaufallon / Evenos	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E	2	Belgentier	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 22	9H00		3++	L'Amarron depuis Garéoult	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	9H30		2+	Sommet du Baou	Monique SERREE (06 61 43 50 35)
	10H00		1	Le Trapan/ la Londe	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Jeudi 26	8H30	E	3+	Les Bédoufles	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	8H30	E	3	Correns / Vallon des Baumes	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
MARS					
Dim 01	9H00		3++	Dardennes / La vieille Valette	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	9H30		2+	Le château de Hyères et les crêtes	Monique SERREE (06 61 43 50 35)
	10H00		1	Le Faron / Point Sublime	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundii 02 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 05	8H30	E	3+	Vins sur Caramy	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)
	8H30	E	2+	Les aiguilles de Valbelle	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
7 et 8 mars					
Formation ARP1 à La Maison de Quartier du Pont du Las Thierry GENEVIER & Bernard DULEBA					
Dim 08	9H00			Sortie à déterminer	
	9H30		2+	Le lac d'Evoué	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	Sainte Philomène / Puget Ville	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 12	8H30	E	3++	Plateau de Siou Blanc	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E	3+	Gonfaron / l'Aubréguière	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 15	9H00	AN	3++	Sommet du Peyrol	Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	9H30		2+	Le plateau Lambert	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
	10H00		1	Les Salins d'Hyères / Port Pothuau	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
Lundi 16 : REUNION DU CA A 17H00					
Jeudi 19	8H30	E	3+	Gigaro	Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)

	8H30	E	2	Des Sablettes à Saint Mandrier	Annie ANDRE (06 89 48 08 51)
Dim 22	9H30		3+	SORTIE COMMUNE D1/D2 : LE GROS CERVEAU / Col de Labate / Le Grotto	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68) & Bernard DULEBA (06 89 86 86 25)
	10H00		1	Château tourris	Thérèse PAOLI (06 26 58 36 92)
Jeudi 26	8H30	E	3++	Signes / Le Mourre d'Agnis	Thierry GENEVIER (06 76 58 37 68)
	8H30	E	3+	Forêt du Dom / Col de Labate	Monique AMEGLIO (06 49 98 70 79)
Dim 29	9H00				
	9H30		2+	Le vieux Beausset	Yvelyne et Henri BOUTET (06 03 63 20 22)
	10H00		1	Dolmen de Gaoutabry	Jeannine MORTILLARO (06 76 29 39 28)
PREVISIONS ET PROJETS 2025-2026					
Dimanche 26 avril : sortie en car LAMANON grottes de CALES				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)	
Du 27 mai au 29 mai : séjour à GIGONDAS				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)	
Du 7 au 11 septembre : séjour au caming le Chauvieux à SALAVAS (07)				Christiane LE DORAN (06 87 38 14 33)	
Marche nordique : séances hebdomadaires programmées le samedi à 15H. Inscription INDISPENSABLE auprès des animateurs séance du samedi après-midi : Christiane au 06 87 38 14 33					
Marche dans l'eau : séance hebdomadaire aux Sablettes programmées le samedi à 09H50. Inscription INDISPENSABLE auprès de Jacqueline au 06 66 46 62 33					
Programme donné sous toute réserve : contactez l'animateur de l'activité pour confirmation					
Légendes :	1	moins de 4 heures de marche			sans mention = dénivelé de 0 à 300 m
	2	Sortie de 4 à 5 heures de marche			+ = dénivelé de 300 à 600 m
	3	Sortie de 5 à 6 heures de marche			++ = dénivelé supérieur à 600 m
	4	plus de 6 heures de marche			D : passage Difficile (obstacle, terrain abrupt, escalade, vertigineux, etc.)
Les départs du DIMANCHE et JOURS FERIES ont lieu devant l'immeuble de la Sécurité Sociale de la Rode - Toulon					
Ceux du JEUDI ont lieu depuis le poste à essence dans le parking de Carrefour Ollioules (CO) ou depuis celui de CABESTO à Grand Var EST (E)					
TARIFS 2026					
Carte adulte : 37 € - Cartes Jeunes : 6 € - Sortie d'essai : 5 € - Droit d'entrée : 5 €					