

Intergénération' Action

MDVA - 3, Boulevard des Lices - 13200 Arles
Tel : 06.09.84.65.01. Mail: interg13200@gmail.com

Hiver 2025

Dates	Lieux	Durée/ Départ	Caractéristiques	Distance Dénivelé	Propos Frais km
Lundi 6/01	Les Baux	Balade	Face au château	5 km +160 m	2,00€
Vendredi 10/01	Mouriès	½ journée	Le Golf, le Castelas	9 km +130 m	2,50€
Lundi 13/01	Tarascon	Balade	L'île de la barthelasse	5 km plat	2,00€
Vendredi 17/01	Eygalières	½ journée	Yves : le Long Jean	10 km +200 m	3,50€
Lundi 20/01	Lagnes	Journée	Fontaine de Vaucluse	15 km +500 m	5,50€
Vendredi 24/01	Gallician	½ journée	Entre canal et vignes	10 km +30 m	3,00€
Lundi 27/01	Beaucaire	Balade	Fontaine du Roy	5 km +70 m	2,00€
Vendredi 31/01	La Roque-sur-Pernes	Journée	Ermitage de St Gens	13 km +500 m	6,00€
Lundi 3/02	Fontvieille	Balade	Les Crottes d'Aubert	6 km +80 m	2,00€
Vendredi 7/02	Clarensac	½ journée	Peyre Fioc	9 km +200 m	4,00€
Lundi 10/02	Cacharel	Balade	Draille des 5 gorges	6 km plat	3,00€
Vendredi 14/02	Aureille	½ Journée	Sentier du Fenouil	9 km +250 m	3,00€
Lundi 17/02	A définir	Balade	Luc		
Vendredi 21/02	Saint Etienne du Grès	½ Journée	Le Pommet à N.Dme du château IPB 45Jean-Luc	8km 250m	1,50€
Lundi 24/02	Calanques	Journée	La Gineste, Morgiou, Sugiton	15 km +900 m Rocheux	9,00€
Mardi 25/02	St Martin de Crau	balade	L'étang des Aulnes IBP20 Jean Luc	7km 7 m	1,50€

Vendredi 28/02	La Capelle	Journée	La campagne gardoise et sa colline de grès	17 km +200 m	Propos Frais km
Lundi 3/03	Maussane	½ journée	Les Trincades	5 km +150 m	Balade ou ½ ? 2,00€
Vendredi 7/03	Paradou	½ journée	Le Grand Méjean les Baux	9 km +220 m	1,50€
Lundi 10/03	A définir	Balade	Yves, Jean-Luc ou Luc...		
Vendredi 14/03	St Mitre	½ journée	Figuerolles - Etang de Berre	10 km + 150 m	4,50€
Lundi 17/03	Gigondas	Journée	Les Dentelles de Montmirail	14 km +670 m	6,50€
Vendredi 21/03	Marguerittes	½ journée	Combe des Bourguignons	10 km +180 m	3,00€
Lundi 24/03	Paradou	Balade	Tours de Castillon	5 km Rocheux	1,50€
Vendredi 28/03	Séguret	Journée	Monastère de Prébayon	15 km + 630 m	7,00€
Lundi 31/03	St Martin de Crau	Balade	Le Golf, l'Etang	5,5 km plat	1,50€

Marche Tonique Lundi 9h30/10h30	
Pont Van Gogh : 6/01, 3/02, 3/03	Trinquetaille (piscine tournesol) : 13/01, 10/02, 24/03
Trinquetaille (quai caravanes) : 27/01, 17/02 (en autonomie), 31/03	

Danses du Monde : Barriol - Vendredi 10h/11h30 (sauf rando Journée)

Infos : Balades (Environ 2 heures) : départ 13h30.

Journées (Environ 6 heures) : départ à 8h.

Demi-journée (environ 3 heures) départ 13h30.

Rendez-vous : Au fond du parking d'Intermarché, côté canal

Nous vous rappelons que : **Les chaussures de randonnées sont obligatoires !!!**