



# Programme des randonnées d'avril à juin 2026



Les heures habituelles de départ en bus sont à 8h à la gare routière, 8h10 au rond point de l'autoroute, 8h20 à La Peyrière (ou 7h30, 7h40 et 7h50 suivant randos signalées)

**Recommandations :** Ne pas stationner sur les parkings des commerces et des résidences , Attacher la ceinture de sécurité dans les bus. **Précisions:** distances et dénivelées données à titre indicatif, les détails sont diffusés chaque semaine sur [www.randonnees.bandol.com](http://www.randonnees.bandol.com)

| DATE                    | N°    | TITRE                                                                        | PARCOURS 1                                                                                                  | PARCOURS 2                                                                                                                                        | PARCOURS 3                                                                                                             |
|-------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| V 3 avril               | H 115 | Abbaye du Thoronet<br>3444 OT<br>3544 OT                                     | Taurelle – Abbaye du Thoronet<br>Gr1 17 km D+ 477 m D- 436 m IBP 54                                         | Taurelle – Abbaye du Thoronet<br>Gr 2AB km 14 km D+477 m D-444 m IBP 53<br><br>Cabasse – Abbaye du Thoronet<br>Gr 2C 11 km D+417 m D-436 m IBP 50 | Cabasse – Abbaye du Thoronet<br>Gr3 9,3 km D+235 m D-245 m IBP 36<br><br>Visite de l'Abbaye 7,4 km D+177m D-196m IBP30 |
| V 10 avril              | C 21  | Calanques<br>Madrague de Montredon<br>3145 ET<br>Carte 1/15000 des Calanques | Madrague de Montredon – Les Goudes<br>Gr1A 10 km D+608 m D-623m IBP 69<br>Gr1B 10,6 km D+630m D-640m IBP 66 | Madrague de Montredon – Les Goudes<br>Gr 2AB 7,3 km D+462m D-474m IBP 54<br><br>Gr 2C : 7,8 km D+386m D-401 IBP 45                                | Les Goudes – Les Goudes<br>Gr3 7,4 km D+244m D-246m IBP 33                                                             |
| V 17 avril              | A 126 | Garlaban<br>3245 ET                                                          | Allauch – La Treille<br>Gr1 15 km D+675m D-756m IBP 73                                                      | Allauch – La Treille<br>Gr2 13 km D+547m D-627m IBP 60                                                                                            | Allauch – La Treille<br>Gr3 7,6 km D+262m D-338m IBP 38                                                                |
| V 24 avril              | N 106 | Saint Jean du Puy<br>Grillades<br>3344 OT                                    | Trets – Ermitage de St Jean du Puy<br>Gr1 : 7,8 km D+460 m D-114 m IBP 44                                   | Trets – Ermitage de St Jean du Puy<br>Gr2 : 6,2 km D+391 m D-19 m IBP 34                                                                          | Monastère Pas de la Couelle – Ermitage de St Jean du Puy<br>Gr3 : 2,9 km D+142 m D-14 m IBP 22                         |
| J 30 avril<br>Départ 8h |       | La Colle du Rouet<br>3544 OT                                                 | Coulet Redon D47 cote 118 – Pont d'Endre<br>Gr1 17 km D+542 m D-624 m IBP 64                                | Coulet Redon D47 cote 118 – Pont d'Endre<br>Gr2AB 13 km D+352 m D-437 m IBP 51<br><br>Gr2C 13km D+337 m D-419 m IBP 48                            | Coulet Redon D47 cote 118 – Pont d'Endre<br>Gr3 9,5 km D+127 m D-213 m IBP 31                                          |

| DATE                          | N°    | TITRE                                                         | PARCOURS 1                                                                            | PARCOURS 2                                                                                                                                                                                           | PARCOURS 3                                                                                                                                                          |
|-------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>J 7 mai</b>                | N81   | <b>Regagnas<br/>3244 ET 3344 OT</b>                           | <b>Trets l'Alluminaire- Peynier</b><br>Gr1 19 km D+538 m D-536 m IBP 62               | <b>Monument des Légionnaires D12 – Peynier</b><br>Gr2 15 km D+266 m D-513 m IBP 45                                                                                                                   | <b>D 12 Kirbon – Peynier</b><br>Gr3 9,8 km D+152 m D-283 m IBP 33                                                                                                   |
| <b>V 15 mai</b>               | N10   | <b>Mont Aurelien<br/>3344 ET</b>                              | <b>N 560 Chemin de Marseille - Pourcieux</b><br>Gr1 18 km D+695 m D-703 m IBP 74      | <b>N 560 Chemin de Marseille– Pourcieux</b><br>Gr2 13 km D+566 m D- 575 m IBP 60                                                                                                                     | <b>Chemin de Marseille - Pourcieux</b><br>Gr3A 13 km D+389 m D-397m IBP 44<br>Gr3B 11 km D+360 m D-368 m IBP 42                                                     |
| <b>V 22 mai<br/>Départ 8H</b> | L 140 | <b>Saint Tropez<br/>3545 OT</b>                               | <b>Pampelone les Baraques – St Tropez</b><br>Gr1 17 km D+203 m D-223 m IBP 45         | <b>Pampelone chemin de Tamaris – St Tropez</b><br>Gr2 15 km D+196 m D-211 m IBP 40                                                                                                                   | <b>Plage des Salins – St Tropez</b><br>Gr3 10 km D+143 m D-147 m IBP 29                                                                                             |
| <b>V 29 mai</b>               | B 30  | <b>Ste Baume<br/>La Grotte<br/>3345 OT</b>                    | <b>Hôtellerie de la Ste Baume – Hôtellerie</b><br>Gr1 15 km D+D-560 m IBP 67          | <b>D95 cote 712 – Hôtellerie de la Ste Baume</b><br>Gr2 11 km D+518 m D-566 m IBP 59                                                                                                                 | <b>D95 cote 712 – Hôtellerie de la Ste Baume</b><br>Gr3 8,7 km D+400 m D-447 m IBP 51                                                                               |
| <b>V 5 juin</b>               | A 100 | <b>Massif de l'Etoile<br/>3145 ET<br/>3244 ET<br/>3245 ET</b> | <b>Cadolive D7 cote 397 – Simiane-Collongue</b><br>Gr1 : 18 km D+616 m D-802 m IBP 78 | <b>Saint Savournin – Simiane-Collongue</b><br>Gr2A : 16 km D+ 491 m D-694 m IBP 64<br>Gr2B : 16 km D+455 m D-658 m IBP 59<br><b>Mimet – Simiane Collongue</b><br>Gr2C : 14 km D+274 m D-549 m IBP 44 | <b>Mimet – Simiane-Collongue</b><br>Gr3A : 11 km D+231 m D-506 m IBP 41<br><br><b>L'Arenier Antenne – Simiane-Collongue</b><br>Gr3B : 9,5 km D+185 m D-496 m IBP 38 |
| <b>Jeudi 18<br/>juin</b>      |       | <b>Repas de fin de<br/>saison</b>                             | Randonnée depuis<br>le Chateau de Cancerille                                          |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                     |