

Code : **16-RW02**  
**Niveau : M**  
terrain montagneux : ▲

**Organisateur** : Jean-Philippe DESPONGES  
Vous pouvez m'envoyer un courriel via le "kifaikoi" sur le site web

**Nombre de participants à la sortie (organisateur compris) : 10**

## Au cœur de la presqu'île de



## Week-end du 3 et 4 octobre 2015

Destination pour ce week-end : la presqu'île de Saint Mandrier à l'extrémité Sud de la rade de Toulon en pleine pinède de Sainte Asile et autour de Pin-Rolland dont le nom vient du fameux pin. Nous en profiterons pour nous détendre en parcourant le sentier du littoral de la forêt de Six-Fours, en pique-niquant en bord de mer et à titre d'option en nous baignant dans les eaux cristallines de l'Anse des Sablettes, tel sera notre programme pour ce week-end.

### Transports

#### **Aller samedi 03 octobre :**

Départ par TGV de Paris Gare de Lyon à 7h19 pour Toulon arrivée à 11h08. RV à l'arrivée. Descente vers le port ou un bateau bus nous attend destination la presqu'île de Saint Mandrier.

#### **Retour dimanche 04 octobre :**

Bateau bus au départ de l'embarcadère des Sablettes puis TGV de Toulon à 19h50 pour une arrivée à 23h41 à Paris Gare de Lyon.

Info pratique : vous pouvez utiliser vos chèques vacances comme paiement de vos billets SNCF.

## Hébergement + restauration :

- Hébergement à l'hôtel vue mer en chambre twin (lit individuel assuré, **possibilité de mixité selon la composition du groupe**) aux Sablettes à La Seyne-sur-Mer avec le petit déjeuner.
- Les repas des deux midi sont à votre charge.
- Le repas du samedi soir (boissons comprises) sera pris dans un établissement de la plage des Sablettes.
- Le repas du dimanche soir (à votre charge) sera pris dans un établissement près de la gare de Toulon avant de prendre le TGV retour.

## Programme du Week-end :

### **Samedi 3 octobre :**

Après une traversée maritime de la rade de Toulon, nous effectuerons le tour de la presqu'île de Saint Mandrier par le sentier du littoral jusqu'au port de Saint Elme et son fort laissant de côté la célèbre base militaire des sous-marins. En fonction de la météo, en fin d'après-midi, une baignade optionnelle sera proposée sur le merveilleux site de la plage de sable blanc des Sablettes.



*Anse des Sablettes avec les Rochers des Deux Frères et le Cap Sicié*

Distance 10 km environ avec un dénivelé non significatif.

### **Dimanche 4 octobre :**

Départ pour la pointe de Mar Vivo où nous reprendrons le sentier du littoral. Anse de Fabrègas, la Pointe du Bau Rouge et la Pointe des Jonquiers. Incursion dans la forêt de Six-Fours pour une montée à la chapelle Notre-Dame du Mai point culminant (352m) du massif du Cap Sicié avec un panorama à 360° sur la rade de Toulon, les îles, l'arrière-pays toulonnais, la baie de Sanary, les calanques, la Sainte-Baume, etc. Descente en forêt par le chemin de croix avec ses oratoires et le parcours sportif de la forêt de Janas pour Fabrègas puis direction l'embarcadère du bateau bus aux Sablettes termes de notre randonnée dominicale.



*Depuis le mont Salvat, vue sur le massif du Cap Sicié*

---

**Bureaux :** 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

**Téléphone :** 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto:accueil@clubalpin-idf.com)

Site internet : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne  
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

Distance 18 km environ avec 500m d'ascension et 500m de descente.

### Equipement et matériels à emporter :

Protections efficaces contre la pluie éventuelle et le vent, crème solaire. Bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves) et chaussures légères pour le soir au restaurant. Maillot + serviette de bain pour la baignade optionnelle. **Gourde pour l'eau minimum 2L**, barres énergétiques. Affaires de toilette et de rechange, pharmacie personnelle. **Carte CAF** + papiers d'identité.

**Pour en savoir plus :** Carte topographique IGN Top 25 1/25 000 n° 3346 OT Toulon/Le Gros-Cerveau/Mont-Faron

### Inscription :

- **Modalités :** dès la parution de cette fiche **après demande d'accord de l'organisateur**, inscription et paiement en ligne direct sur le site internet du CAF Ile-de-France ou auprès du secrétariat en imprimant le bulletin d'inscription accompagné de votre paiement (**les chèques vacances sont acceptés**). Vous pouvez souscrire une assurance annulation facultative en option lors de votre inscription pour un montant de 3,6% du coût du circuit (uniquement pour une inscription au minimum 30 jours avant le départ). Celle-ci jouera lorsque vous n'êtes pas remplacé suite à annulation pour motifs sérieux. Se renseigner auprès du secrétariat du CAF ou pendant la procédure d'inscription en ligne.
- **Info importante :** vous devrez être à jour de votre cotisation CAF 2015-2016 lors de ce WE.
- **Date de validation des inscriptions :** mardi 5 mai 2015, confirmation de votre inscription selon les modalités en vigueur et dans la limite des places disponibles.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, de cohésion du groupe ainsi que des conditions de météo sur le sentier du littoral (fort vent d'ouest) et de sentiers pouvant être interdit au public en cas de risque majeur d'incendie, infos sur <http://www.var.gouv.fr/massifs/> et pour d'autres raisons de sécurité. **Une baignade libre en mer étant proposée, l'organisateur décline toute responsabilité concernant un accident occasionné par celle-ci, cette dernière étant optionnelle à la randonnée et est laissée au libre choix de chacun.***

### Coût : 115€

Comprenant l'hébergement à l'hôtel avec petit déjeuner + taxes (60€), les billets pour la traversée A/R de la rade de Toulon en bateau bus (4€), le repas du samedi soir au restaurant (forfait 30€ avec boissons comprises), les frais administratifs du CAF (13€), une participation aux frais d'organisation forfaitisée à 8€ comprenant : correspondance, téléphone, cartographie, transports locaux + réservations TGV de l'organisateur, etc.. ; mais ne comprenant pas les repas des deux midis, les en-cas et boissons diverses en journée, le repas du dimanche soir **et les transports SNCF A/R.**



*La Vigie du Cap Sicié devant les îles d'Hyères*

---

**Bureaux :** 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

**Téléphone :** 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto:accueil@clubalpin-idf.com)

Site internet : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne  
Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C