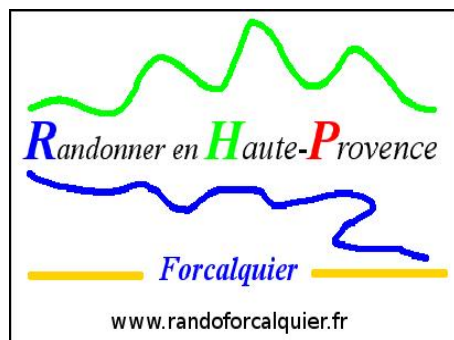


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE
FORCALQUIER**



**SORTIES
NOVEMBRE 2018**



Les Mercredis		Les Dimanches	
7 BM	<p align="center">TOUR DE LA MONTAGNE DE BEYNES (04) Tps : 5H30 - Dl� : 800m - Dpt : 8H00 13,5 Kms Anny et André Tél : 04 92 79 88 49 06 72 10 50 33 Après 18 Heures</p>	4 BM	<p align="center">SOMMET DE LA GRANDE GAUTIERE (1827m) Par Gierre (04) Secteur Turriers Tps : 5H30 - Dl� : 800m - Dpt : 7H30 Josiane Tél : 04 92 75 19 51 06 61 86 93 45 Après 18 heures</p>
14 M	<p align="center">CHAPELLE DU COUSSON Par Entrages (04) Tps : 4H40 - Dl� : 600m - Dpt : 8H30 11,5 Kms Jacqueline et Germain CERF Tél : 06 45 51 62 13</p>	11 M	<p align="center">LE PELAT DU BUOUX Vaugines (84) Tps : 4H30 - Dl� : 610m - Dpt : 8H30 Régine et Daniel BOMBANA Tél : 06 17 40 16 30</p>
21 BM	<p align="center">BOUCLE AU DEPART DE VINON EN PASSANT PAR GREOUX Ancienne draye des troupeaux, Gréoux, Ravin de Vallongue, centre équestre, Vinon Tps : 6H30 - Dl� : 350m - Dpt : 7H30 22 kms environ Robert LAUGIER Tél : 06 75 52 02 04 04 92 73 24 04</p>	18 TBM	<p align="center">LE HUIT DU PAVILLON Moustiers Ste Marie (04) Tps : 5H30 - Dl� : 1150m - Dpt : 7H30 16 Kms Maryse LEFEBVRE Tél : 06 75 28 31 08 Et Max ABBES</p>
28 BM	<p align="center">LAC DES MONGES Par Esparron La Bâtie (04) Tps : 5H00 - Dl� : 600m - Dpt : 7H30 12 Kms Xavier DAUPHINAT Tél : 06 61 72 68 69</p>	25 TBM	<p align="center">DU LEVER DU SOLEIL A LA TOMBEE DE LA NUIT Les Hautes Plaines ST MICHEL L'OBSERVATOIRE (04) Tps : 7H30 - Dl� : 650m - Dpt : 7H15 27 Kms Evelyne et Alain REBOUL Tél : 06 84 36 20 64 04 92 79 51 72</p>

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.05 euros/km

Tps = durée de la course, sans les arrêts
Dl  = dénivelé cumulé
Dpt = Départ de Forcalquier,
Place Martial Sicard



M = Randonnée moyenne
BM = Bons Marcheurs
TBM = Très bons marcheurs

Il est recommandé de contacter l'animateur (trice) la veille pour s'assurer que la rando est confirmée (météo, heure de Rendez-vous... ect).

Sorties réservées aux membres remplissant les conditions d'adhésion à
Randonner en Haute Provence - Groupe Rando *Pour tous renseignements tél. Josiane 04 92 75 19 51*