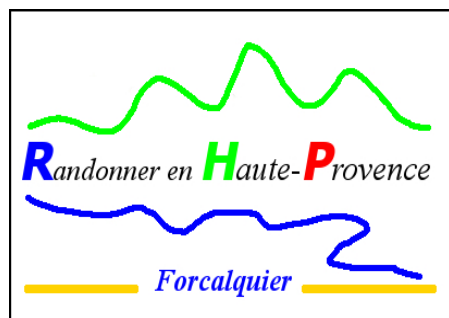


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

FORCALQUIER



**SORTIES
OCTOBRE 2019**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
2 M	<p>LE TOUR DU MOLARD Sisteron (04) Tps : 5H00 - Dl� : 650m - Dpt : 8H00 14 Kms Regroupement � 8H20 Parking Peyruis Anny et André Tél : 04 86 56 63 09 Après 18 h 06 72 10 50 33</p>	6	<p>5 ET 6 OCTOBRE 2019 RANDONNEES DES ALPES PROVENCALES DIGNE (16EME EDITION) OFFICE DU TOURISME DIGNE TEL : 04 92 36 62 68 06 83 45 02 51</p>
9 BM	<p>LE CAMP CHINOIS Meyrargues (13) Tps : 6H00 - Dl� : 600m - Dpt : 7H30 15 Kms Josiane tél : 04 92 75 19 51 ou 06 61 86 93 45 Michelle MATEO et Evelyne MALOT</p>	13	<p>12 ET 13 OCTOBRE 2019 FAITES DES RANDONNEES (6EME ANNEE) NIBLES (04) OFFICE INTERCOMMUNAL DES HTES TERRES DE PROVENCE TEL : 04 92 68 40 39</p>
16 BM	<p>TOUR DU GRAND ADROIT ET DU GOURRAS Chateaufort (04) Tps : 5H15 - Dl� : 750m - Dpt : 8H15 15 Kms Claude CHAILLAN Tél : 04 92 76 61 11 Gisèle PECAUD</p>	20 BM	<p>LES CRETES DE REVUAIRE (1306m) Retour par les gorges du Riou Saint Genis (05) Tps : 6H00 - Dl� : 810m - Dpt : 7H30 Apporter frontale Josiane Tél : 04 92 75 19 51 ou 06 61 86 93 45 Jean-Jacques LAMBOUX</p>
23 M	<p>LA GARDETTE ET LES BERGERIES Saumane (04) Tps : 4H30 - Dl� : 450m - Dpt : 8H30 12 Kms Michelle MATEO Tél : 06 76 11 73 73 (après 18 h)</p>	27 BM	<p>BOUCLE DES AYGUIERS Saint Saturnin d'Apt (84) Tps : 5H00 - Dl� : 700m - Dpt : 8H00 16 Kms Martine COMBE Tél : 06 82 86 96 24</p>
30 M	<p>FORET ET CHATEAU DE JAVON Lioux (84) Tps : 5H00 - Dl� : 280 m - Dpt : 8H00 14,5 Kms Joël et Brigitte CORBON Tél : 04 92 73 01 56 06 17 52 81 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*