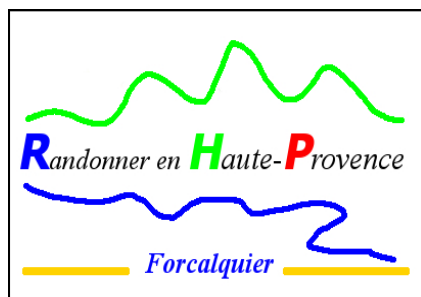


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE
FORCALQUIER**



**SORTIES
JANVIER 2021**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

LES MARDIS	
RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE	
5 M	AUTOUR DE ST MARTIN LES EAUX (04) Tps : 3H00 - Dl� : 250m - Dpt : 13h30 8,700 Kms Josiane FIGOUREUX Tél : 06 61 86 93 45 Et Maryse LEFEBVRE
19 M	LES CABANONS DE MANE (04) Tps : 3H00 - Dl� : 300m - Dpt : 13H45 8 Kms Dominique et Patrice LEVASSEUR Tél : 06 37 67 70 92

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 confirm e (météo, heure de Rendez-vous... ect).

Sorties r serv es aux membres remplissant les conditions d'adhésion à RHP Renseignements Josiane Tél : 04 92 75 19 51