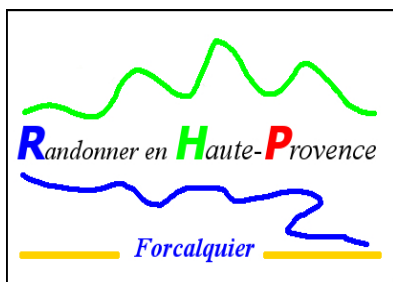


# ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

## FORCALQUIER



SORTIES  
JANVIER 2022

Site Internet : [www.randoforcalquier.fr](http://www.randoforcalquier.fr)

Les Mercredis		Les Dimanches	
5  <b>M</b>	<p>COUVENT NOTRE DAME (en boucle) Reillanne (04)</p> <p>Reillanne (04) 15 Kms - 16 minutes Tps : 4H30 - Dl� : 300m - Dpt : 9H00 15 Kms Michèle MAZUIR Tél : 06 78 53 96 56 Et Nadia JEANNON</p>	2	
12  <b>BM</b>	<p>DE CRUIS A SIGONCE (04) 30 minutes Retour par le Vieux Montlaux Tps : 7H00 - Dl� : 600m - Dpt : 8H00 20 Kms Un passage � gué délicat sur le Lauzon Josiane PEYRON Tél : 06 38 41 73 23</p> <p><u>Merci de tél.la veille avant 20 heures</u></p>	9  <b>BM</b>	<p>VACHERES - STE CROIX A LAUZE (04) Tps : 5H00 - Dl� : 450m - Dpt : 9H00 16 Kms Daniel LE CORNEC : 06 84 91 20 34</p>
19  <b>M</b>	<p>L'ABRI SOUS ROCHE PAR LE JAS DE SAVY SAINT MICHEL L'OBSERVATOIRE (04) 12 Kms Tps : 4H15 - Dl� : 300m - Dpt : 8H30 14 Kms - IBP : 43 Alain REBOUL Tél : 06 84 36 20 64</p>	16  <b>M</b>	<p>RANDO RESTO - LA MONTAGNE DE PEBOUINE Saumane et L'Hospitalet L'HOSPITALET (04) 23 Kms - 30 minutes Tps : 4H30 - Dl� : 380m - Dpt : 8H30 12,5 Kms Joël CORBON Tél : 04 92 73 01 54 OU par SMS au 06 17 52 81 72</p> <p><b><u>INSCRIPTION IMPERATIVE AVANT LE VENDREDI 14 JANVIER (REPAS A 22 EUROS)</u></b></p>
26  <b>M</b>	<p>AUTOUR DE ST JULIEN D'ASSE (04) 35 Minutes Tps : 4H30 - Dl� : 330 m - Dpt : 10H00 9,300 Kms René GOUIN Inscription : FIGOUREUX Josiane Tél : 04 92 75 19 51 06 61 86 93 45</p>	23  <b>TBM</b>	<p>LES CRETES DU CIRQUE DE VALBELLE Peipin (04) 40 Kms Tps : 7H00 - Dl� : 1000m - Dpt : 7H45 18 Kms environ Maryse LEFEBVRE Tél : 06 75 28 31 08 04 92 75 14 06</p>
		30	<p>GALETTE DES ROIS VACHERES (04)</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*