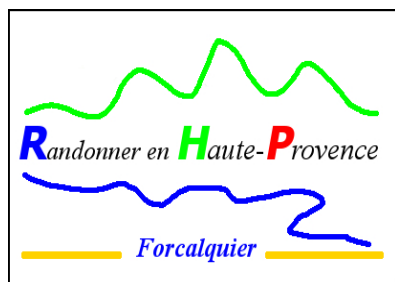


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE FORCALQUIER



**SORTIES
MARS 2022**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
2 BM	LE JAS D'ESTELLE Simiane La Rotonde (04) Tps : 4H00 - Dlé : 400m - Dpt : 8H00 12 Kms Michelle MATEO Tél : 06 76 11 73 73 Et Marylène	6 BM	TOUR DE LA MONTAGNE SAINT MICHEL Châteauneuf Miravail (04) - 71 Kms - 1H30 Vallée du Jabron Tps : 6H00 - Dlé : 770m - Dpt : 8H00 15,6 Kms - IBP 83 Joël CORBON Tél : 04 92 73 01 54 Ou par SMS au 06 17 52 81 72 Et Maryse LEFEBVRE
9 BM	LE MASSIF DE L'ETOILE ET LE PILON Simiane- Collongues (13) 95 Kms - 1H10 Tps : 5H30 - Dlé : 620m - Dpt : 8H00 13,6 Kms - IBP 61 Brigitte et Joël CORBON Tél : 04 92 73 01 54 Ou par SMS au 06 17 52 81 72	13 TBM	CRETE DE SAINT CYR ET GORGES DE LA MEOUGE Antonaves (05) 1H00 - 60 Kms Tps : 6H30 - Dlé : 1000m - Dpt : 7H45 17 Kms Louis BOULET Tél : 06 51 38 36 05
16 TBM	LE GRAND MARGES Col d'Illuire - Secteur Verdon 75 Kms Tps : 6H30 - Dlé : 1040m - Dpt : 7H30 15 Kms Maryse LEFEBVRE Tél : 06 75 28 31 08	20 BM	LE CONCORS Peyrolles (13) 60 Kms - 50 minutes Tps : 5H15 - Dlé : 700m - Dpt : 8H30 13 Kms - IBP 70 Patrice LEVASSEUR Tél : 06 37 67 70 92
23 M	LES ANCIENNES MINES DE GYPSE DU LUBERON ORIENTAL Dauphin (04) Tps : 4H30 - Dlé : 520m - Dpt : 8H00 Lucien MICHEL Tél : 06 89 27 01 04	27 TBM	LE CAIRN 2000 Cruis (04) Tps : 7H00 - Dlé : 1124m - Dpt : 7H30 19 Kms Nadia et Dominique JEANNON Tél : 06 77 93 30 17
30 BM	CRETE DE LURE (PRE DE CARLET) EN BOUCLE A PARTIR DE LA ROCHEGIRON 26 Kms - 30 Minutes Tps : 5H00 - Dlé : 600m - Dpt : 8H30 17 Kms Josiane PEYRON Tél : 06 38 41 73 23 <u>Merci de Tél. au plus tard la veille avant 20 H</u>		

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.05 euros/km

Tps = durée de la course, sans les arrêts
Dlé = 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*