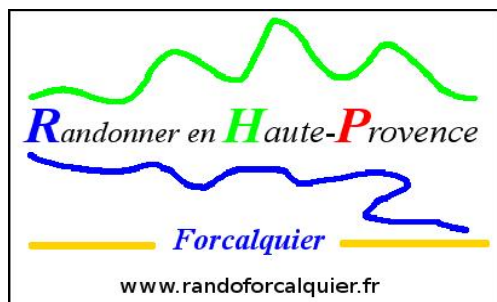


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

FORCALQUIER



Le Printemps Reviens

SORTIES
MARS 2019



Les Mercredis		Les Dimanches	
06 BM	PLATEAU DES CLAPAREDES PAR LA FALAISE Saignon (84) Tps : 5H00 - Dl� : 500m - Dpt : 8H30 15 Kms Gisèle PECCAUD Tél : 04 92 75 02 79 Claude CHAILLAN Tél : 04 92 76 61 11	03 BM	CHAPELLES ET AVENS DU HAUT LARGUE EN ALLANT VERS LE CASTELLARD DE LARDIERS Banon (Le Largue) Tps : 5H00 - Dl� : 480m - Dpt : 8H30 15Kms Brigitte et Joël CORBON Tél : 04 92 73 01 54 06 17 52 81 72
13 BM	LA CRETE DE TATEE - LE PIN BLANC Saint Ma�me (04) Tps : 3H30 - Dl� : 500m - Dpt : 9H00 15 Kms Evelyne et Alain REBOUL Tél : 06 84 36 20	10 BM	SOMMET DU RUTH (1299 m) L'Escale (04) Tps : 7H00 Dl� : 950m - Dpt : 7H45 16 Kms Nicole et Louis BOULET Tél : 06 51 38 36 05
20 M	LES RUINES DES TEMPLIERS Grambois (84) Tps : 4H30 - Dl� : 350m - Dpt : 8H30 13 Kms Michelle MATEO Tél : 06 76 11 73 73 (après 18 H) Evelyne MALOT Chantal MUYARD	17 BM	LES HAUTES PLAINES -LES YBOURGUES Départ de MANE (04) Tps : 5H00 - Dl� : 500m - Dpt : 8H00 Dominique JEANNON et Lucien MICHEL Tél : 06 89 27 01 04 04 92 75 14 06
27 BM	LES HAUTS DE MOUSTIERS STE MARIE (04) PAR LE CHEMIN DE LA CHAÎNE Deux courts passages délicats Tps : 4H30 - Dl� : 600m -Dpt :8H00 11 Kms Claudie TOLHURS Tél : 04 92 73 10 27 (après 20 h) Colette PAJOT Tél : 04 92 76 06 49	24 BM	LES PENITENTS DES MEES Les M�es (04) Tps : 5H30 - Dl� : 465m - Dpt : 8H15 16.5 Kms Robert LAUGIER Tél : 06 75 52 02 04 04 92 73 24 04
		31 TBM	DU PORTALAS AU ROCHER DE ONZE HEURES BONNIEUX (84) Tps : 6H30 - Dl� : 1000m - Dpt : 7H30 Se munir d'une frontale Ressaut de 15 m à descendre sur chaîne (on pourra assurer si besoin) Patrice LEVASSEUR Tél : 06 37 67 70 92 Dominique JEANNON

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*