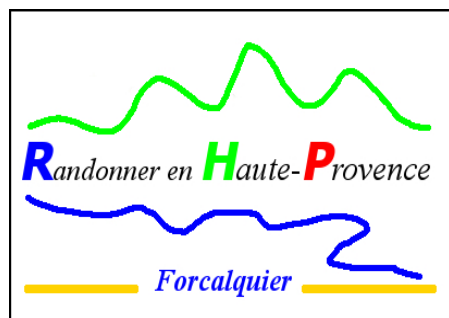


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

FORCALQUIER



SORTIES
JANVIER 2020



Site Internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
1	RELACHE	5	LA MONTAGNE D'ARTIGUES Esparron de Pallières (83) 52 Kms - 1H15 Tps : 5H00 - Dl� : 450m - Dpt : 7H45 17 Kms Nicole et Louis BOULET Tél : 06 51 38 36 05
8	M LE CALAVON - VILLAGE DE SAIGNON SAIGNON (84) 40 Kms - 40 minutes Tps : 4H30 - Dl� : 380m - Dpt : 9H00 14 Kms Marie-Jeanne et Claude BONDIL Tél 04 92 75 10 28 ou 06 84 06 46 09 Après 18 heures	12	RANDO LARDIERS + GALETTE DES ROIS Claudie et Robert TOLHURST Inscription avant le 8 Janvier auprès de Patrice LEVASSEUR Tél : 06 37 67 70 92
15	M SAULT - ST JEAN Sault (84) Tps : 5H00 - Dl� 300 m -Dpt : 8H00 14 Kms Cécile et Guy BURCHERI Tél : 06 82 85 06 63 Marie-Jeanne et Claude BONDIL Tél 06 84 06 46 09	19	BM L'ERMITAGE DE ST DONAT ET LE RAVIN DES CHABRIERES (04) Distance auto 25 kms de Forcalquier Commune de départ PEYRUIS Tps : 5H30 - Dl� : 600m Dpt : 8H30 Dominique et Patrice LEVASSEUR Tél : 06 37 67 70 92
22	M FORCALQUIER - ST PIERRE - PIERRERUE (04) (boucle) Tps : 5H00 - Dl� : 300 m - Dpt : 8H30 15 Kms Visite gratuite de la savonnerie "L'oustau Safr'Ane" Ferme Les Escuyers Michelle MATEO Tél : 06 76 11 73 73 Après 18 Heures	26	FETE RAQUETTES MONTAGNE DE LURE Le programme sera communiqué ultérieurement
29	M LA CHAPELLE D'AUGES - LE TOURDEAU Peyruis (04) Tps : 5H00 - Dl� : 500m - Dpt : 8H30 15 Kms - IBP : 56 Alain REBOUL Tél : 06 84 36 20 64		

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*