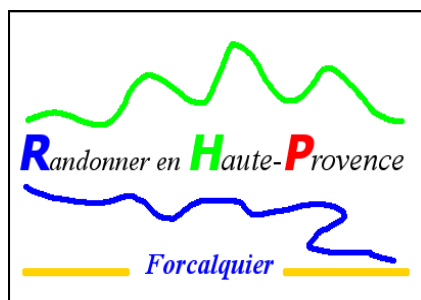


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE
FORCALQUIER**



**SORTIES
AVRIL 2023**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

LES MARDIS RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE	
11 M	ENTRE GARRIGUES ET CHENAIES St Michel L'Observatoire (04) 15 Kms - 15 mn Tps : 3H00 - Dl� : 250m - Dpt : 13H30 9 Kms - IBP 31 Alain REBOUL Tél : 06 84 36 20 64
18 M	SIGONCE - LA BLACHE Sigonce - 12 Kms - 15 mn Tps : 3H00 - Dl� : 300m - Dpt : 13H30 9,5 Kms Hervé DEREDEC Sabrina DA CONCEICAO Tél : 06 82 33 69 31

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.06 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 RHP Renseignements Josiane Tél : 04 92 75 19 51