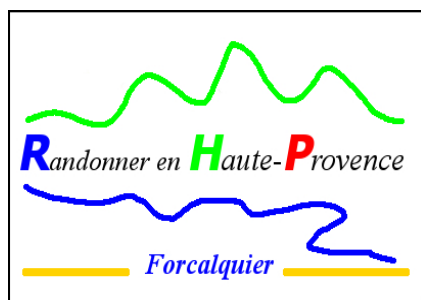


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE  
FORCALQUIER**



**SORTIES  
NOVEMBRE 2023**

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

<b>LES MARDIS RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE</b>	
<b>14</b>  <b>M</b>	<b>AUTOUR DE VALENSOLE</b> Valensole (04) 31 Kms - 40mn - <b>Dpt : 13H15</b> Plâteau et Vallon Tps : 3H00 - Dl� : 180m - 10 Kms René GOUIN Inscription Josiane FIGOUREUX 06 61 86 93 45
<b>28</b>  <b>M</b>	<b>LA POIRIERE</b> Banon (04) 20 Kms - 20 mn - <b>Dpt : 13H30</b> Départ Randonnée carrefour Val Martine Tps : 3H00 - Dl� : 200 m - 8 Kms Josiane PEYRON Inscription Josiane FIGOUREUX 06 61 86 93 45

**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