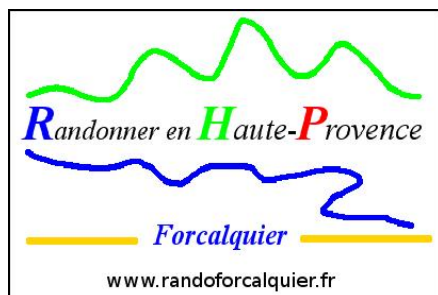


# ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE FORCALQUIER



**SORTIES  
JUN 2024**

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

Les Mercredis		Les Dimanches	
<b>5</b>  <b>BM</b>	<b>MONTAGNE DE CHAMOUSE</b> Izon La Bruisse (26) Tps : 4H30 - Dlé : 600m - 11 Kms <u>Rdv à 8H45 Parking Mairie Izon La Bruisse</u> Maurice MELCHIO 06 63 13 44 95	<b>2</b>  <b>BM</b>	<b>LE PIC DE CEÛSE</b> La Roche des Arnauds (05) 101 Kms - 1H15 <b>Dpt : 7H30</b> Tps : 5H30 - Dlé : 700m - 15 Kms Jean-Louis BOVIS 07 88 07 90 42
<b>12</b>  <b>TBM</b>	<b>CRETES DE VAUMUSE DEPUIS LE PONT DE LA REINE JEANNE</b> Entrepierres (04) 55 Kms - 55 mn - <b>Dpt : 7H30</b> Tps : 6H00 - Dlé : 1000m - 14 Kms <u>Sentiers raides mais sans difficultés techniques</u> Bruno De Sainte Marie 06 73 48 73 94	<b>9</b>	<b>A DETERMINER</b>
<b>19</b>  <b>TBM</b>	<b>LES CRETES DES TRAVERSIERES</b> Rougon (04) Gorges du Verdon 87 Kms - 1H40 <b>Dpt : 7H15</b> Tps : 6H30 - Dlé : 870m - 14 Kms <u>Passages hors sentiers</u> Maryse LEFEBVRE et Marielle TAXIL 06 75 28 31 08	<b>16</b>  <b>BM</b>	<b>DU LAUZET A LA ROCHE PAR LES TUNNELS</b> Le Lauzet Sur Ubaye (04) 110 Kms - 1H40 - <b>Dpt : 7H15</b> Tps : 6H00 - Dlé : 650m - 13 Kms <u>Frontale obligatoire pour traverser 4 tunnels dont un de 1.600 Kms</u> Josiane FIGOUREUX et Gérard TABLET 06 61 86 93 45
<b>26</b>  <b>BM</b>	<b>CRETES DU VENTOUX</b> Sault (84) 70 Kms - 1H15 - <b>Dpt : 7H00</b> Tps : 6H00 - Dlé : 700m - 20 Kms Michelle MATEO et Josiane FIGOUREUX 06 76 11 73 73	<b>23</b>  <b>BM</b>	<b>A LA RENCONTRE DU LIS TURBAN</b> Lambruisse (04) 100 Kms - 1H40 - <b>Dpt : 7H00</b> Tps : 5H00 - Dlé : 700m - 12 Kms Alain REBOUL 06 84 36 20 64
		<b>30</b>	<b>A DETERMINER</b>

**PARTICIPATION AU FRAIS : 0.06 euros/km**

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

**Dlé** = dénivelé cumulé

**Dpt** = Départ de Forcalquier

Parking des Cordeliers

**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*