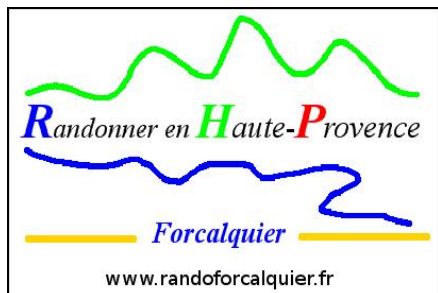


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

FORCALQUIER



**SORTIES
DECEMBRE 2024**

Site internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
4 BM	<p style="text-align: center;">ST PIERRE DE PIERRERUE - LURS (en boucle) St Pierre de Pierrerue 10 Kms - 15mn - Dpt : 9H00 Tps : 4H30 - Dl� : 400m - 15 Kms Michelle MATEO 06 76 11 73 73</p>	1 TBM	<p style="text-align: center;">MONTAGNE DE BLUYE St Léger du Ventoux (84) 72 Kms - 1H15 - Dpt : 7H30 Tps : 6H30 - Dl� : 625m - 17 Kms Joël CORBON 06 17 52 81 72 (par SMS)</p>
11	<p>A DETERMINER</p>	8 BM	<p style="text-align: center;">DE MURS A METAMIS (en boucle) Murs (84) 48 Kms - 50 mn - Dpt : 7H30 Tps : 6H30 - Dl� : 800m - 20 Kms Josiane PEYRON 06 38 41 73 23 Appeler la veille avant 20 Heures</p>
18 BM	<p style="text-align: center;">LE CHEMIN DU BERGER Langes (Vallée du Jabron) 70 Kms - 1H - Dpt : 8H00 Tps : 5H00 - Dl� : 650m - 15 Kms Lucien MICHEL 06 89 27 01 04</p>	15 M	<p style="text-align: center;">RANDO - PATRIMOINE - LES TROIS CHAPELLES (Ntre Dame de Lourdes - St Vincent - La Croix) Digne Les Bains 50 Kms - 1H00 - Dpt : 8H30 Tps : 4H30 - Dl� : 315 m - 11 Kms (inclus 1H30 de visite comment�e de Digne par Sabrina) Sabrina DA CONCEICAO Jean-Jacques LAMBOUX Inscription Josiane FIGOUREUX 06 61 86 93 45</p>
25		22	<p>A DETERMINER</p>
		29	<p>A DETERMINER</p>

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.06 euros/km
Tps = durée de la course, sans les arrêts
Dl  = 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 confirm e (météo, heure de Rendez-vous... ect...)

Sorties r serv es aux membres remplissant les conditions d'adhésion à
 Randonner en Haute Provence - Groupe Rando *Pour tous renseignements tél. Josiane 04 92 75 19 51*