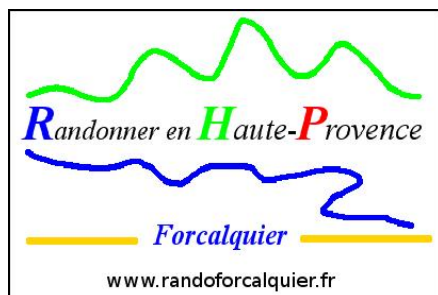


# ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE

## FORCALQUIER



**SORTIES  
MAI 2025**

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

Les Mercredis		Les Dimanches	
<b>7</b>	<b>BM</b>  <b>LE FESTON PAR LES CHARBONNIERES</b> Digne Les Bains (04) 50 Kms - 1 H - <b>Dpt : 8H00</b> Tps : 5H00 - Dl� : 400 m - 12 Kms Jean Louis BOVIS 07 88 07 90 42	<b>4</b>	<b>M</b>  <b>RANDO PATRIMOINE MENERBES</b> Ménerbes (84) 65 Kms - 1H00 - <b>Dpt : 8H00</b> Tps : 4H00 - Dl� : 500m - 8 Kms Sur sentier sans difficultés <b>Visite comment�e de Ménerbes pour les deux groupes</b>  Identique au parcours rando <b>M</b> sauf que la rando <b>TBM</b> emprunte un passage délicat dans un pierrier et le passage d'une cheminée  Sabrina DA CONCEICAO - Hervé DEREDEC Betty MORIN 06 80 89 09 34
<b>14</b>	<b>BM</b>  <b>LE ROCHER DE CASTELLAS</b> La Roque d'Anthéron (13) 79 Kms - 55 mn - <b>Dpt : 8H15</b> Tps : 4H30 - Dl� : 470m - 16.8 Kms - IBP 54 Sylvain BONNETON 06 37 54 58 01	<b>11</b>	<b>A DETERMINER</b>
<b>21</b>	<b>M</b>  <b>SABOT DE VENUS - LAC ET CHAPELLE ST LEGER</b> La Br�ole (04) 111 Kms - 1H20 - <b>Dpt : 7H30</b> Tps : 6H00 - Dl� : 500m - 16 Kms - IBP 59 Joël CORBON 06 17 52 81 72 (par SMS)	<b>18</b>	<b>BM</b>  <b>PIC DE CHARANCE (1825m)</b> Gap (05) 100 Kms - 1H15 - <b>Dpt : 8H00</b> Tps : 5H00 - Dl� : 780m - 10 Kms Jean-Louis BOVIS 07 88 07 90 42
<b>28</b>	<b>M</b>  <b>LES MINES DE GYPSE</b> Démo Gypse/Plâtre - Histoire (1h) St Maime (04) 8 Kms - 20 mn - <b>Dpt : 8H00</b> Tps : 4H00 - Dl� : 400m - 11 Kms Sabrina DA CONCEICAO et Lucien MICHEL 06 89 27 01 04	<b>25</b>	<b>TBM</b>  <b>PIC DE BERNARDEZ</b> Seyne Les Alpes (04) 90 Kms - 1H30 - <b>Dpt : 7H30</b> Tps : 6H00 - Dl� : 950 m - 13 Kms Maryse LEFEBVRE 06 75 28 31 08

**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*