

Jour et heure départ Parking <u>Maison de Pays - MANE</u>	NOM DE LA RANDONNEE <i>Sorties à la journée = prévoir pique-nique</i>	Temps de marche	Dénivelé	Difficulté	Trajet (voiture) A/R en kms	Nom de l'animateur et téléphone
Mardi 1er MAI Départ 8 h 00	<b>CHABRIERES – ENTRAGES</b> <i>Regroupement Parking entrée Peyruis 8 h 20</i>	13 kms 5 h 00	600 m	***	112 kms	<i>Daniel et Régine</i> ☎ 06 17 40 16 30
Mardi 8 MAI Départ 8 h 00	<b>ESPARRON DE VERDON vers LA SALLE A MANGER</b> <i>Regroupement Oraison parking Carrefour Contact 8 h 30</i>	12 kms	400 m	**	108 kms	<i>Cathy</i> ☎ 07 86 63 83 31
Mardi 15 MAI Départ 8 h 45	<b>De LIMANS à ST PIERRE DE MAJARGUES</b> <i>Regroupement Parking Bistrot de Pays 9 h 00 Limans</i>	12 kms 4 h 30	350 m	**	15 kms	<i>Germain</i> ☎ 06 45 51 62 13
Mardi 22 MAI Départ 8 h 00	<b>LE POIL (Village en ruines)</b> <i>Regroupement Oraison parking Carrefour Contact 8 h 30</i>	13 kms	450 m	***	110 kms	<i>Jacky</i> ☎ 04 92 75 48 22
Période 29-30-31 mai 2018 Départ 7 h 00	<i>Mini séjour en Ubaye Courrier par envoi séparé avec programme détaillé</i>					
Mardi 5 JUIN Départ 8 h 00	<b>ST CHRISTOL – HAMEAU DE BROUVILLE – CROIX DE LA LAVANDE</b> <i>Départ de MANE pour tous</i>	16 kms 5 h 00	450 m	***	80 kms	<i>Cathy</i> ☎ 07 86 63 83 31
Mardi 12 JUIN Départ 7 h 30	<b>TOULOURENC</b> <i>Départ de MANE pour tous</i>	10 kms 5 h 30	300 m	**	176 kms	<i>Georges</i> ☎ 04 92 79 96 11 ☎ 06 98 36 17 48
Période du 16 au 23 juin 2018	<i>Séjour annuel Le Quercy</i>					
Mardi 26 JUIN Départ 8 h 30	<b>Randonnée le matin – rendez- vous à MANE Puis repas au Restaurant (clôture saison)</b>	<b>Courrier détaillé ultérieur</b>				

Tous les départs se font de MANE, Maison de Produits du Pays  
Pour UN regroupement en route, bien vouloir se tenir à l'endroit indiqué

Sorties réservées aux adhérents, ayant souscrit une licence FFR avec certificat médical.

Pour les non adhérents désirant faire un essai : prière de téléphoner impérativement au plus tard la veille au ☎ 04 92 75 48 22.

Toute sortie peut être annulée par l'animateur, selon conditions météo.

A l'attention des animateurs, pensez à vous munir de la carte IGN se rapportant à la balade du jour.

Rappel : Bonnes chaussures de marche, k-way, vêtement chaud – eau et pique-nique (indispensables)

Classement des randonnées			
Classement	Durée rando	Dénivelé	Public
**	2 à 4 heures	< 500 m	Marcheur moyen
***	4 à 5 heures	500 à 800 m	Bon marcheur
****	≥ 5 heures	800 à 900 m	Rando sportive
*****	≥ 5 heures	+ 900 mètres	Rando difficile

**Pensez à votre carte vitale, vos médicaments si besoin (aucune automédication ne sera tolérée), bien déjeuner avant le départ.**