

Jour et heure départ Parking <u>Maison de Pays - MANE</u>	NOM DE LA RANDONNEE <u>Sortie à la demi-journée</u>	Longueur	Dénivelé	Trajet (voiture) A/R en kms	Nom de l'animateur et téléphone
Judi 5 MARS Départ 14 h 00	Non programmée ?				
Judi 12 MARS Départ 14 h 00	AUTOUR DE NIOZELLES	7 kms	200 m	12 kms	Jenny ☎ 06 81 06 55 85
Judi 19 MARS Départ 14 h 00	LE PIN BLANC- NIOZELLES <i>Renseignements diffusés ultérieurement</i>				Gérard ☎ 06 80 55 65 71
Judi 26 MARS Départ 14 h 00	LE PRIEURE DE CARLUC - CERESTE	8 kms	150 m	40 kms	Jacky ☎ 04 92 75 48 22
Judi 2 AVRIL Départ 14 h 00	FORCALQUIER - PIERRERUE : le site de la Fare	8 kms	170 m	18 kms	Jacline ☎ 06 64 80 27 61
Judi 9 AVRIL Départ 14 h 00	LAC DE VOLONNE	10 kms	0	70 kms	Jenny ☎ 06 81 06 55 85
Judi 16 AVRIL Départ 14 h 00	LA CROIX DU CHENE – ST MICHEL	8 kms	250 m	9 kms	Jacline ☎ 06 64 80 27 61
Judi 23 AVRIL Départ 14 h 00	BRUNET – VALLEE D'ASSE <i>Regroupement Oraison Carrefour Contact parking 14 h 25</i>	6 kms 5	320 m	45 kms	Annie et Renée ☎ 06 88 26 47 24
Judi 30 AVRIL Départ 14 h 00	<i>Renseignements diffusés ultérieurement</i>				Dany ☎ 04 92 64 02 46

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 – petits en-cas (indispensables)  
Pensez à votre carte vitale, vos médicaments si besoin (aucune automédication ne sera tolérée),