

Jour et heure départ Parking <u>Maison de Pays - MANE</u>	NOM DE LA RANDONNEE <i>Sorties à la journée = prévoir pique-nique</i>	Longueur rando	Dénivelé	Difficulté	Trajet (voiture) A/R en kms	Nom de l'animateur et téléphone
Mardi 3 MARS Départ 8 h 30	D'AUREL au VENTOURET (84)	14 kms	530 m	*** (forte montée)	102 kms	Germain C. ☎ 06 45 51 62 13
Mardi 10 MARS Départ 8 h 00	LE TOUR DE BONNIEUX 8 h 20 regroupement la Garde de Dieu Reillanne	16 kms	380 m	***	100 kms	Jenny ☎ 06 81 06 55 85
Mardi 17 MARS Départ	<i>Renseignements diffusés ultérieurement</i>					Gérard B. ☎ 06 80 55 65 71
Mardi 24 MARS Départ 8 h 30	GRAMBOIS ET LES RUINES DES TEMPLIERS 8 h 50 Regroupement petit parking après les Granons	13 kms	300 m	**	72 kms	Jenny ☎ 06 81 06 55 85
Mardi 31 MARS Départ 8 h 00	BEAUMONT DE PERTUIS ET LA BASTIDE DES JOURDANS 8 h 20 regroupement petit parking après les Granons	19 kms	400 m	***	67 kms	Christine ☎ 06 59 41 12 09
Mardi 7 AVRIL Départ 8 h 00	LE MOURRE NEGRE par Auribeau 8 h 20 – regroupement à la Garde de Dieu Reillanne	13,5 kms	670 m	***	66 kms	Régine et Daniel ☎ 06 17 40 16 30
Mardi 14 AVRIL Départ 8 h 00	DES TERRES DE LIOUX au MUR DE LA PESTE	15 kms	300 m	**	122 kms	Germain C. ☎ 06 45 51 62 13
Mardi 21 AVRIL Départ 8 h 00	SIVERGUES – Le Pas des Ensarries – l'Ourillon – Fort de BUOUX Regroupement La Garde De Dieu à 8 20	12 kms 5	530 m	***	86 kms	Jenny ☎ 06 81 06 55 85
Mardi 28 AVRIL Départ 8 h 00	LE VIEUX NOYER - Vallée du Jabron 8 h 35 regroupement boulangerie sortie Château Arnoux	16 kms	450 m	***	120 kms	Jacky ☎ 04 92 75 48 22

**NE PAS OUBLIER DE S'INSCRIRE LA VEILLE**

Tous les départs se font de MANE, Maison de Produits du Pays – un regroupement est toujours possible mais il sera étudié en amont.

Sorties réservées aux adhérents à jour de leur cotisation et du renouvellement de leur 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)**

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