

Jour et heure départ Parking <u>Maison de Pays - MANE</u>	NOM DE LA RANDONNEE <i>Sorties à la journée = prévoir pique-nique</i>	Kilomètres	Dénivelé	Difficulté	Trajet (voiture) A/R en kms	Nom de l'animateur et téléphone
Mardi 15 septembre Départ 8 h 30	PLATEAU DE VALENSOLE côté Asse	12 kms	140 m	**	66 kms	<i>Christine</i> ☎ 06 59 41 12 09
Du 21 au 27 septembre	Pour mémoire Séjour en Corse					
Mardi 29 septembre Départ 8 heures	LE TOUR DU RABLASSIN	11 kms	420 m	***	80 kms	<i>Régine et Daniel</i> ☎ 06 17 40 16 30
Mardi 6 octobre Départ	ASSEMBLEE GENERALE à NIOZELLES Courrier envoyé ultérieurement					
Mardi 13 octobre Départ 8 heures	LE HAMEAU DE CREISSET <i>Regroupement Oraison Parking 8 h 20</i>	10 kms	566 m	***	132 kms	<i>Jenny</i> ☎ 06 81 06 55 85
Mardi 20 octobre Départ 8 h 15	LES GORGES DE RIOU – LARAGNE <i>Regroupement 8 h 30 sortie La Brillanne – détails ultérieurs</i>	12 kms	470 m	***	140 kms	<i>Renée Vial et Annie Pourcel</i> ☎ 04 92 78 79 58
Mardi 27 octobre Départ 8 heures	ENTRE MIRABEAU et BEAUMONT DE PERTUIS	17 kms	430 m	***	82 kms	<i>Christine</i> ☎ 06 59 41 12 09

**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.**