

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 3 MAI Départ 8 h 30	LE VIEUX MONTSALIER – l'AVEN DU CALADAIRE – BERGERIES	12 kms	350 m	**	62 kms	Jenny 06 81 06 55 85
Mardi 10 MAI Départ 8 h 30	LE VIEUX NOYER – Vallée du Jabron	10 kms	450 m	***	125 kms	Jenny 06 81 06 55 85
Mardi 17 MAI Départ 9 h 00	CALANQUE DE SORMIOU – LA BOUILLABASSE Inscriptions obligatoires	Autocar				Jenny 06 81 06 55 85
Mardi 24 MAI Départ 8 h 00	LE JAMBARD	14 kms	600 m	***	90 kms	Sophie et Christian 06 28 05 15 60
Mardi 31 MAI Départ 8 h 00	GORGES DU RIOU – St Genis (05) Tous renseignements ultérieurement					Renée 06 88 26 47 24 Annie 06 70 90 22 04
Mardi 7 JUIN Départ 8 h 00	LE TOUR DE DROMONT – Hameau d'Abros	14 kms	513 m	***	96 kms	Jenny 06 81 06 55 85
9+6 Mardi 14 JUIN Départ 8 h 00	BOUCLE PLATEAU DE GREOUX au CHATEAU DU ROUSSET	18 kms	370 m	***	66 kms	Christine 06 59 41 12 09
Mardi 21 JUIN Départ	Séjour en Italie (La Côte Amalfitaine)					
Mardi 28 JUIN Départ						

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE LA VEILLE**

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.**

**Les consignes sanitaires sont en perpétuelles évolution. Dès réception de nouvelles consignes, elles vous seront communiquées.**

**Vendredi 1<sup>er</sup> juillet 2022  
Journée festive pour clore la  
saison 2021/2022  
chez Georges et Hélène  
A NOTER**