

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 janvier Départ 8 heures	SORTIE CULTURELLE LES BAUX DE PROVENCE (Château et Carrières)	Voyage en autocar – visites – repas libre				<i>Jacky</i> 04 92 75 48 22
Mardi 10 janvier Départ 8 h 30	De SAINT MARTIN DE CASTILLON à CAZENEUVE (84)	12 kms	310 m	***	60 kms	<i>Jacky</i> 04 92 75 48 22
Mardi 17 janvier Départ 9 00	LE BOIS SAINT MARTIN <i>Regroupement Cimetière Oraison 9 h 30 (prendre à gauche, face au Moulin)</i>	10 kms	300 m	***	35 kms	<i>Jenny</i> 06 81 06 55 85
Mardi 24 janvier Départ 8 h 30	AUTOUR DE REILLANNE 8 h 55 – regroupement Place de l'Eglise à Reillanne	13 kms	350 m	***	30 kms	<i>Cathy D.</i> 07 86 63 83 31
Mardi 31 janvier Départ 9 h 00	NIOZELLES – ST MAIME PAR LES CRETES <i>Regroupement 9 h 20 – Place de Niozelles</i>	11 kms	200 m	**	22 kms	<i>Jenny</i> 06 81 06 55 85
Mardi 7 février Départ 8 h 30	VOLX – PYMALON	13 kms	500 m	***	30 kms	<i>Sophie et Christian</i> 06 28 05 15 60
Mardi 14 février Départ 8 h 30	LES CRETES DE MONTJUSTIN 8 h 50 -Départ et retour à la Garde de Dieu (Reillanne)	12 kms	250 m	***	30 kms	<i>Caty K.</i> 06 73 62 04 88
Mardi 21 février Départ 8 h 30	LA FERME DE COGUILLE – LE CASTELLET 8 h 55 - Regroupement Parking Contact Carrefour sortie Oraison	13 kms	380 m	***	50 kms	<i>Renée Vial</i> 06 88 26 47 24 <i>Annie</i> 06 70 90 22 04
Mardi 28 février Départ 8 h 30	SUR LES HAUTEURS DE SISTERON Regroupement parking co-voiturage Peyruis 9 h 00 Départ balade cimetière de Sisteron 9 h 30	12 kms 5 h ≈	420 m	***	100 kms	<i>Christine</i> 06 59 41 12 09

Classement des randonnées

Classement	Durée rando	Dénivelé	Public
*	3 heures maxi	300 m maxi	<i>Petit marcheur</i>
**	2 à 4 heures	< 500 m	<i>Marcheur moyen</i>
***	4 à 5 heures	500 à 800 m	<i>Bon marcheur</i>
****	≥ 5 heures	800 à 900 m	<i>Rando sportive</i>
*****	≥ 5 heures	+ 900 mètres	<i>Rando difficile</i>

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.