

Jour et heure départ Parking <u>Maison de Pays - MANE</u>	NOM DE LA RANDONNEE <u>Sorties à la journée = prévoir pique-nique</u>	Kilomètres	Dénivelé	Difficulté	Trajet (voiture) A/R en kms	Nom de l'animateur et téléphone
Mardi 5 NOVEMBRE Départ 8 heures	JOUQUES – PLATEAU DE BEDES – N.D. de la Consolation	12 kms	350 m	*** IBP 52	130 kms	Caty K. 06 73 62 04 88
Mardi 12 NOVEMBRE Départ 8 heures	AURIBEAU – SAIGNON	12 kms	350 m	***	66 kms	Jenny 06 81 06 55 85
Mardi 19 NOVEMBRE Départ 8 heures	VILLESECHE – PAS DE REDORTIERS	10 kms	200 m	**	100 kms	Caty K. 06 73 62 04 88
Mardi 26 NOVEMBRE Départ 8 heures	BOUCLE DANS LE PASSE ANTIQUE DE VERNEGUES (13)	12 kms	380 m	**	200 kms	Irénée M. 06 64 11 71 65
Mardi 3 DECEMBRE Départ 8 heures	TOUR DE PRACONTEAU – PEYRUIS	13 kms	520 m	***	45 kms	Sophie 06 28 05 15 60
Mardi 10 DECEMBRE Départ 8 heures	LOURMARIN – CAP DE SERRE	12 kms	450 m	***	110 kms	Jenny 06 81 06 55 85
Mardi 17 DECEMBRE Départ 8 heures	VENTABREN – PONT DE ROQUEFAVOUR (13)	12 kms	250 m	**	200 kms	Irénée M. 06 64 11 71 65

IMPORTANT à noter Repas de NOEL le jeudi 19 décembre 2024 – 12 heures – infos ultérieures

PUIS PAUSE POUR FETER LA FIN DE L'ANNEE EN FAMILLE

INSCRIPTION OBLIGATOIRE LA VEILLE AVANT 19 HEURES

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