

Jour et heure départ Parking Maison de Pays - MANE	NOM DE LA RANDONNEE Sorties à la journée = prévoir pique-nique	kilomètres	dénivelé	Difficulté	trajet (voiture) a/r	Nom de l'animateur et téléphone
Mardi 3 MARS Départ 8 H 30	LOURMARIN/CADENET	11 kms	250 m	**	110 kms	CATHY D 07 86 63 83 31
Mardi 10 MARS Départ 8 H 30	DAUPHIN LA MORT D'IMBERT	12 kms	475 m	***	15 kms	SOPHIE 06 28 05 15 60
Mardi 17 MARS Départ 8 H 30	VOLONNE CHAPELLE ST JEAN SOMMET DE TIGNES	12 kms	500 m	***	95 kms	CATY K 06 73 62 04 88
Mardi 24 MARS Départ 8 H 30	VIEL ESCLANGON VELODROME	5 kms a voir	350 m	**	130 kms	CHRISTINE 06 59 41 12 09
59Mardi 31 MARS Départ 8 H 30	ABBAYE DE SENANQUE GORDES	11 kms	420 m	***	110 kms	CATHY D 07 86 63 83 31
Mardi 7 AVRIL Départ 8 H 30	SUR LES HAUTEURS DE MOUSTIERS	11,5 kms	450 m	***	120 kms	CHRISTINE 06 59 41 12 09
Mardi 14 AVRIL Départ 8 H 30	REVEST DU BION	10 kms 5	340 m	**	76 kms	SOPHIE 06 28 05 15 60
Mardi 21 AVRIL Départ 8 H 30	CHAPELLE ST FERREOL STE CROIX A LAUZE	13 kms	380 m	**	60 kms	CATHY D 07 86 63 83 31
Mardi 28 AVRIL Départ	PONT DU FOSSE SORTIE DECOUVERTE <i>Programme détaillé envoyé ultérieurement</i>	Visite + repas (bus)				JACKY C 04 92 75 48 22

NOTA : ce programme n'est pas figé, il peut subir des modifications (météo, absence de l'animateur ou autre)

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

Covoiturage recommandé