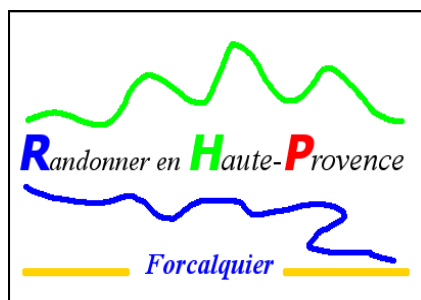


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE
FORCALQUIER**



**SORTIES
AVRIL 2022**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

LES MARDIS RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE	
5 M	LE TIMON Pierrerie (04) Tps : 3H00 - Dl� : 200m - Dpt : 13H30 8 Kms Lucien MICHEL Tél : 06 89 27 01 04 Et Nadia JEANNON
12 M	MONTJUSTIN - CERESTE (boucle) Montjustin - 20 Kms - 25 minutes Visite du village de Montjustin par Gisèle BONAL Tps : 3H00 - Dl� : 150m - Dpt : 13H30 8 Kms Colette PAJOT et Gisèle BONAL Inscription Josiane Tél : 06 61 86 93 45
19 M <u>LE MATIN</u>	SORTIE CUEILLETTE SALADES SAUVAGES Volx (04) Tps : 2H00 - Dl� : - de 100m - Dpt : 8H30 2 Kms Frédérique MOTEL et Jean-Jacques LAMBOUX Inscription Josiane Tél : 06 61 86 93 45

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.06 euros/km

Tps = durée de la course, sans les arrêts
Dl  = dénivelé cumulé
Dpt = Départ de Forcalquier,
Place Martial Sicard



M = Randonnée moyenne
BM = Bons Marcheurs
TBM = Très bons marcheurs

Il est recommandé de contacter l'animateur (trice) la veille pour s'assurer que la rando est confirmée (météo, heure de Rendez-vous... ect).

Sorties réservées aux membres remplissant les conditions d'adhésion à RHP Renseignements Josiane Tél : 04 92 75 19 51