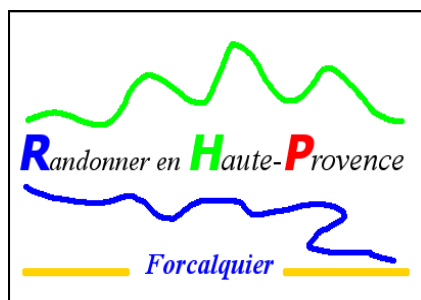


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE
FORCALQUIER**



**SORTIES
JANVIER 2023**

Site Internet : www.randoforcalquier.fr

LES MARDIS RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE	
10 M	DANS LES COLLINES D’ORAISON Oraison (04) 15 Kms - 15 minutes Tps : 3H00 - Dl� : 300 m - Dpt : 13H15 9 Kms Anny et André Tél : 06 72 10 50 33
24 M	AUTOUR DE CERESTE C�reste (04) 25 Kms - 25 minutes Tps : 3H00 - Dl� : 200m - Dpt : 13H15 9 Kms <u>Apporter une frontale passage dans tunnel</u> Josiane FIGOUREUX Tél : 06 61 86 93 45 Et Evelyne MALOT

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