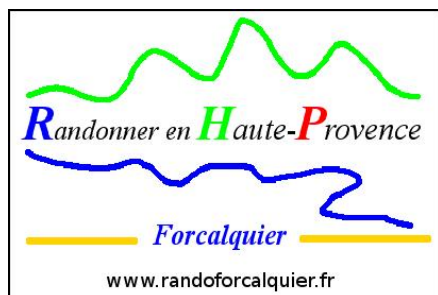


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE FORCALQUIER



**SORTIES
JANVIER 2024**

Site internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
3	A DETERMINER	7 BM	CHAPELLE ST PANCRACE - CRETE DU FESTON Digne Les Bains (04) 55 Kms - 1 H - Dpt : 8H00 Tps : 5H30 - Dl� : 550m - 15 Kms Jean-Louis BOVIS 07 88 07 90 42
10 TBM	LE PIED DU MULET Montfroc - Curel (04) 60 Kms - 1H15 - Dpt : 7H15 Tps : 6H30 - Dl� : 900m - 17 Kms Louis BOULET 06 51 38 36 05	14 M	AUTOUR DES OCRES DE RUSTREL 47 Kms - 48 mn - Dpt : 8h30 Tps : 4H30 - Dl� : 310m - 15 Kms Quelques descentes raides Michèle MAZUIR 06 78 53 96 56
17 BM	BOUCLE ROUMAGOU - LE GRANCET Vitrolles en Luberon - 35 Kms - 40 mn - Dpt : 8H00 Tps : 6H00 - Dl� : 500m - 14 Kms - IBP 56 Départ du chemin de Roumagou Anna GADES 06 89 10 66 65	21	GALETTE DES ROIS ONGLES (le programme détaillé sera transmis ultérieurement)
24 BM	DE RAVINS EN CRETES EN FORET DU PRIEURE Aubignosc (04) 33 Kms - 35 mn - Dpt : 9H00 Tps : 6H00 - Dl� : 600m - 14 Kms - IBP 70 Patrice LEVASSEUR et Brigitte PILLON 06 37 67 70 92	28 M	DE ST MARTIN DE CASTILLON A CASENEUVE St Martin de Castillon (84) 33 Kms - 34 mn - Dpt : 8H30 Tps : 4H00 - Dl� : 250m - 12 Kms Visites des villages de St Martin de Castillon et Caseneuve Sabrina DA CONCEICAO et Hervé DEREDEC 06 82 33 69 31
31 TBM	MOURRE NEGRE - L'HERMITAGE (En Boucle) Vaugines (84) 50 Kms - 1H00 - Dpt : 7H15 Tps : 7H00 - Dl� : 910m - 18 Kms - IBP 87 Départ parking à l'entrée de Vaugines Anna GADES 06 89 10 66 65		

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
Randonner en Haute Provence - Groupe Rando *Pour tous renseignements tél. Josiane 04 92 75 19 51*