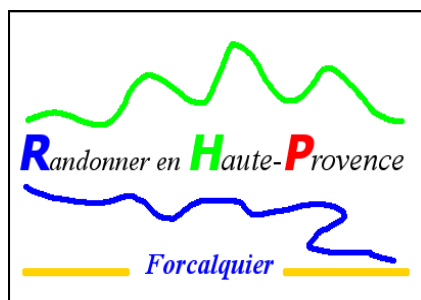


**ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE  
FORCALQUIER**



**SORTIES  
JANVIER 2024**

Site Internet : [www.randoforcalquier.fr](http://www.randoforcalquier.fr)

<b>LES MARDIS RANDONNEES A LA DEMI JOURNEE</b>	
<b>16</b>  <b>M</b>	<b>OPPIDUM DE COURTINE</b> St Etienne Les Orgues 12 Kms - 15 mn- <b>Dpt : 13H45</b> Tps : 3H00 - Dl� : 200m - 7 Kms -IBP 30 Joël CORBON 04 92 73 01 54 ou 06 17 52 81 72 (par sms)
<b>30</b>  <b>M</b>	<b>DE LARDIERS A L'HOSPITALET</b> Lardiers (04) 24 Kms - 30mn - <b>Dpt : 13H30</b> Tps : 2H30 - Dl� : 200m - 7 Kms Josiane PEYRON 06 38 41 73 23 <b>Appeler la veille avant 20 Heures</b>

**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 confirm e (météo, heure de Rendez-vous... ect).

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