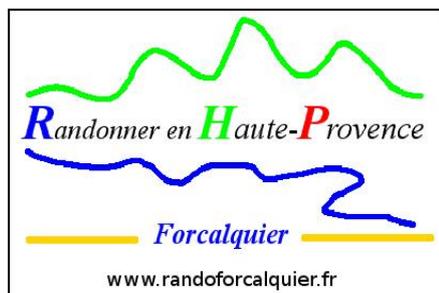


ASSOCIATION RANDONNER EN HAUTE PROVENCE FORCALQUIER



**SORTIES
MAI 2024**

Site internet : www.randoforcalquier.fr

Les Mercredis		Les Dimanches	
2 M	<p><u>JEUDI 2 MAI</u></p> <p>RANDO-RESTO AUTOUR DE MONTSALIER Banon – Montsalier 30 Kms – 30 mn – Dpt : 9H00 Tps : 3H30 – Dl� : 300m – 12 Kms Michelle MATEO 06 76 11 73 73</p>	5 BM	<p>LES ANTENNES DE MONTE CARLO PLATEAUX DE ROUMOULES ET RIEZ Riez (04) 45 Kms – 55 mn – Dpt : 8H00 Tps : 6H00 – Dl� : 300m – 18 Kms René GOUIN Inscription Josiane FIGOUREUX 06 61 86 93 45</p>
8 BM	<p>AUTOUR DE FERRASSIERES Ferrassières (26) 47 Kms – 55mn – Dpt : 8H00 Tps : 7H00 – Dl� : 550m – 20 Kms Patrick CASSOUDESALLE 06 32 11 98 66</p>	12 BM	<p>TETE DE BOURSIER Melve (04) 77 Kms – 1H00 – Dpt : 8H00 Tps : 4H30 – Dl� : 600m – 11 Kms – IBP 68 Un petit passage délicat (travers sur sol granuleux) et descente raide au retour Joël CORBON 06 17 52 81 72 (par SMS) ou 04 92 73 01 54</p>
15 BM	<p>ACQUEDUC DE ROQUEFAVOUR Ventabren (13) 90 Kms – 1H10 – Dpt : 8H00 Tps : 4H30 – Dl� : 310m – 15 Kms 1 descente et montée assez raide Michèle MAZUIR 06 78 53 96 56</p>	19 A DETERMINER	
22 TBM	<p>SOMMET DE LA GRISONNIERE Le Vernet (04) 80 Kms – 1H30 – Dpt : 7H15 Tps : 6H30 – Dl� : 900m – 16 Kms Hors sentier raide pour accéder à la crête mais sans difficulté Louis Boulet 06 51 38 36 05</p>	26 TBM	<p>LE BLAYEUL PAR BARLES Barles (04) 72 Kms – 1H20 – Dpt : 7H30 Tps : 7H00 – Dl� : 1250m – 13 Kms Maryse LEFEBVRE 06 75 28 31 08</p>
29 TBM	<p>LE PLI DU VELODROME Esclangon (04) Vallée du B�s 65 Kms – 1H15 Dpt : 7H30 Tps : 7H00 – Dl� : 900m – 15 Kms Josiane PEYRON et Jean-Louis BOVIS 06 38 41 73 23 Appeler la veille avant 20 Heures</p>		

PARTICIPATION AU FRAIS : 0.06 euros/km

Tps = durée de la course, sans les arrêts

Dl  = dénivelé cumulé

Dpt = Départ de Forcalquier

Parking des Cordeliers

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