

PROGRAMME OCTOBRE 2019

Mardi 1	8h	Le Ranc de Mianoux à partir de St Julien en Bauchêne (05)	800m	5h30	Moyen +	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Jeudi 3	8h	Crête de la Plane au départ de l'Enclus (Dévoluy)	860m	5h30	Moyen +	Daniel ANDRE 06 85 93 09 14
Samedi 5 Dimanche 6		Randonnées des Alpes Provençales à Digne les Bains <i>voir le programme détaillé sur le site</i> <i>Du 5 au 12 octobre séjour à Majorque</i>				
Lundi 7	8h	Rando douce				André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 8	8h	La Grande Gautière au départ de Gierre (04) aller-retour	750m		Moyen Cool	Alain DELCLITE 04 92 61 50 61
Jeudi 10		???????				??????????
Samedi 12 Dimanche 13		Randonnées Hautes Terres de Provence à Turriers <i>voir le programme détaillé sur le site</i>				
Lundi 14	8h30	Rando douce toute la journée Autour de Furmeyer départ de Furmeyer	580m	10km		Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 15	8h	Pas de Louve départ de Serres (05)	650m	4h30	Moyen	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 17	8h	Montagne de Marre départ des Aubard Tour par col de Verdun	800m	6h	Moyen + Cool	Monique LORIOL 04 92 61 54 67
Dimanche 20	8h	Chapelle Saint Etienne à Creisset départ de Norante (04) en boucle	600m		Moyen Cool	Alain DELCLITE 04 92 61 50 61
Lundi 21	8h	Rando douce				André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 22	7h30	Crête de Charance au départ de Charance (05)	900m	15km 6h30	Difficile	Claude GIOIA 04 92 65 14 73
Jeudi 24		???????				?????????
Dimanche 27		Changement d'heure				
Lundi 28	8h30	Rando douce toute la journée Sainte Colombe la magnifique départ Les Bègues	464m	11 kms		Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 29		???????				?????????
Jeudi 31	8h	Sommet de l'Homme départ Station de Lure	655m	4h30	Moyen	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04

Heure et lieu de départ : sauf indication autre, rendez-vous sur le parking de la gare SNCF de SISTERON.

Temps de marche : les temps indiqués correspondent à la durée réelle de randonnée, hors pauses. Pour avoir une idée du temps total, de voiture à voiture, ajoutez 1h à 1h30.

Inscription à une randonnée : contactez l'animateur responsable, la veille après 18h00.

Si répondeur, pensez à laisser vos coordonnées.

Les randonnées proposées sont susceptibles de modification en fonction des conditions météorologiques ou de l'indisponibilité d'un animateur.

Le fond de sac : n'oubliez pas de mettre une paire de gants, le bonnet, le coupe-vent et la cape ! Vous pouvez ajouter la couverture de survie.

Renseignements sur SISTERON-Rando. : Gérard KACZMAREK Tél. 04 92 30 90 37

Courriel : sisteron.rando@gmail.com