

DATE	HEURE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	DIFFICULTE	ANIMATEUR
Lundi 3	8h 30	Plateau du Soleillet et l'ancienne filature	200 m	3h	Facile	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Mardi 4	8h	L'Oratoire / les Cimettes / La Laupie Circuit dans Les Monges	1000 m	6h 14 km	Difficile	Frédéric ESCUYER 06 50 15 83 52
Jeudi 6	8h 30	Tour de Praconteau au départ de Peyruis	500 m	5h 14 km	Moyen	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Lundi 10	8h 30	Rando douce				André MAUREL 04 92 61 04 34
Du 11 au 13 Octobre séjour sur la presqu'île de Giens						
Mardi 11	8h	Sommet de la Platte à partir de St Pierre Avez (05)	750 m	5h	Moyen + (du hors sentier)	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Jeudi 13	8h	Les 9 cols à partir de Veyne	800 m	6h 30 17 km	Moyen	Claude GIOIA 04 92 65 14 73
Samedi 15 Dimanche 16	Fête de la randonnée des hautes Terres Turriers La Motte <i>Voir le programme et les modalités d'inscription sur l'onglet « manifestations à venir » du site de Sisteron Rando</i>					
Lundi 17	8h 30	Ribiers Le rocher de Pierre impie	450 m	3h 8,5 km	Facile	Mireille KACZMAREK 04 92 30 90 37
Mardi 18	8h	La Petite Cloche de Barles	950 m	15 km	Moyen +	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04
Jeudi 20	8 h	St Laurent du Cros ancienne voie ferrée Gap La Mure <i>Puis « repas de la Chèvre » au restaurant Le chamois Ancelle</i>	250 m	3 h	Facile	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
<i>Kir, entrée, pot au feu de chèvre, fromage, dessert, café et vin compris 28 € par personne. Inscription par chèque à l'ordre de Sisteron Rando auprès de Gérard Kaczmarek avant le mardi 18 octobre</i>						
Lundi 24	8h 30	Au départ de Clamensane : L'Aqueduc des Sagnières,	230 m	2h30 7 km	Facile	Patrick JEANDON 06 03 20 44 98 04 69 37 41 74
Mardi 25	8h	La Baisse des Chatières Digne les Bains	1050 m	12 km	Moyen +	Frédéric ESCUYER 06 50 15 83 52
Jeudi 27	8h	Sommet de la Fayée au départ de St Cyrice	820 m	15 km 6h	Moyen	Claude GIOIA 04 92 65 14 73
dimanche 30		Changement d'heure				

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

10 minutes avant l'heure indiquée sur les programmes.

Masque + Gel pour covoiturage.

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 04 92 30 90 37

Courriel : sisteron.rando@gmail.com

Pour suivre l'activité de l'association, vous rendre sur le blog : <http://sisteron-rando.com>