

DATE	HEURE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	DIFFICULTE	ANIMATEUR
Mardi 1 au Jeudi 3		Séjour raquettes à la Colle ST MICHEL				Frédéric ESCUYER
Mardi 1	8h	St Genis Revuaire Chapelle St Jaume	650 m	5h	Moyen	André MAUREL 04 92 61 04 34
Jeudi 3	8h	Boucle St Apôtre au départ d'Aspres/Buech	700 m	11 km 5h	Moyen	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Lundi 7						
Mardi 8	8h	Raquettes dans le Dévoluy Lieu à déterminer en fonction de l'enneigement				André MAUREL 04 92 61 04 34
Jeudi 10	8h 30	Les Pénitents vers San Peyre	553 m	5h 8 km	Cool	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Dimanche13	8h	Boucle Pierrerie- Niozelles - Le Pin Blanc	550 m	5h 16 km	Moyen	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Lundi 14	8h 30	Rando douce			Douce	André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 15	8h	Raquettes : Cascade du Saut du Laire depuis Prapic	350 m	5 h 8,5 km	Moyen	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Jeudi 17	8h	La Robine Routelau	800 m	6 h 15 km	Moyen	Stan 04 92 62 45 90
Lundi 21	9h	Rando douce			Douce	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Mardi 22	7h 30	Le Jonquet – Col de la Roche L'aven Carlet	500 m	7 h 18 km	Moyen +	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 24	8h 30	Autour de St Julien Le Montagnier	500 m	18 km	Moyen +	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04
Dimanche27	8h	Boucle Cruis - La Blâche	550 m	5h 16 km	Moyen	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Lundi 28	8h 30	Rando douce			Douce	André MAUREL 04 92 61 04 34

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>