

DATE	HEURE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	tobre DIFFICULTE	ANIMATEUR
Jeudi 1	8h30	La Chapelle Saint Amand Clamensane (04)	700 m	6 h 13 km	Moyen	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Lundi 5						
Mardi 6	9h	Autour de Limans (04)	700 m	5h	Moyen	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Jeudi 8						
Dimanche 11	Repas de fin d'année à préciser					Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Lundi 12						
Mardi 13						
Jeudi 15	8h 30	Grotte et chapelle à St Michel l'Observatoire (04)	300 m	4h 30	Facile	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Lundi 19						
Mardi 20	8h 30	Le Pas de Richaud - VALBELLE Randonnée ou raquettes	600 m	7 km	Moyen	Frédéric ESCUYER 06 50 15 83 52
Jeudi 22						
Lundi 26						
Mardi 27						
Jeudi 29						

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>