

DATE	HEURE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	DIFFICULTE	ANIMATEUR
Mardi 1	7h 30	Col de la Roche par l'Aven Carlet départ de Jonquet (vers Banon)	500 m	7h 18 km	Moyen +	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 3	9h	Le trou de l'Ermitte au départ de Montfort	300 m	5h 12 km	Rythme cool	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Lundi 7	8h	Rando douce			Douce	André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 8	8h	<i>Rando bistrot</i> Thoard : boucle par le col de Peipin M.E.P. de voiture <i>20 € par personne (entrée, tajine, dessert, vin compris)</i> <b>Inscription avant le 4/03</b>	350 m	3h 7 km	Facile	Daniel ANDRE 06 85 93 09 14
Jeudi 10	7h 30	La Montagne d'Angèle au départ de Villeperdrix (26)	850 m	12,5 km	Moyen +	Claude GIOIA 04 92 65 14 73
Lundi 14						
Mardi 15	8h30	Le vieil Aiglun	500 m	5 h 10 km	Rythme cool	Ghislaine RENARD 06 09 34 49 67
Jeudi 17						
Samedi 19		<b>Assemblée Générale à 17 h à la salle René Cassin place du Tivoli</b>				
Lundi 21	8h	Rando douce			Douce	André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 22	8h	Le Couard au départ d'Archail (04)	900 m	5 h 11 km	Moyen +	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04
Jeudi 24	8h 30	Boucle par le col de l'Escuichière à partir de Le Mousteret - Le Brusquet (04) <b>une partie hors sentier</b>	600 m	4 h 9 km	Moyen	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Lundi 28						
Mardi 29	8h	Tour de la Petite Ceuze Départ:Le Cousin	780 m	6 h 12 km	Moyen +	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 31	8h	Montagne La Jouère au départ de Reynier <b>une partie hors sentier</b>	1 000 m	6 h 13 km	Moyen +	Frédéric ESCUYER 06 50 15 83 52

**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](mailto:sisteron.rando@gmail.com)

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