

DATE	HEURE DE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	DIFFICULTE	ANIMATEUR
Jeudi 1	??	???????				?????????
Lundi 5	8h30	Rando douce toute la journée Circuit de Thoux Départ Aspremont	330m	11km		Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 6	7h	Le POUZENC (2900m) au départ de la station des Orres	1250m	6h30	Difficile Passage aérien facile <i>Génépi</i>	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Jeudi 8	7h	Lac de l'Encombrette au départ de Clignon le Haut (04)	1000m	6h30	Moyen+	Monique LORIOL 04 92 61 54 67
Lundi 12	8h30	Rando douce toute la journée Tour du Peydiou Départ les Bastides	450m	11,5km		Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 13	7h	Lac du Distroit au départ de Chateauroux-les-Alpes (05)	1250m	6h30	Difficile	Daniel ANDRE 06 85 93 09 14
Mardi 20	7h	La montagne de Rochefort au départ de Esparron (05)	1000m	6h	Moyen+	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04
Jeudi 22	6h30	Le Plateau La Chapelle en Valgaudemar au départ les Portes (05)	1300m	12km 7h	Difficile	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
		<i>Du 26 au 30/8 séjour en Haute Maurienne</i>				
Mardi 27	7h30	La Pusterle au départ des Richards (05)	820m	5h	Moyen	Stanislas NOWOCIEN 04 92 62 45 90
Jeudi 29	7h30	Les Cloches de Barles retour par la Montagne de Chine	800m	6h	Moyen+	Monique LORIOL 04 92 61 54 67

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

Pour suivre l'activité de l'association, vous rendre sur le blog : www.sisteron-rando.fr