

PROGRAMME MAI 2019

DATE	HEURE DE DEPART	RANDONNEE	DENIVELE	DUREE	DIFFICULTE	ANIMATEUR
		<i>28/4 au 5/5 sentier Cathare</i>				
Jeudi 2	8h	Les gorges de l'Infernet De Pellafol par le lac du Sautet (38)	400m	5h	Moyen	Gérard KACZMAREK 04 92 30 90 37
Dimanche 5	8h30	Rocher de Chabrier au départ de Clamensane option le Parustre	500m + 200m		Facile Difficile Cool	Alain DELCLITE 04 92 61 50 61
Lundi 6	9h	Tour du Pic de l'Aigle au départ de SAVOURNON (04) <i>Pique-nique</i>	345m	10km	Rando douce	Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 7	8h	Le rocher de Beaumont au départ de MONTCLUS (05)	830m	5h30 14 km	Difficile	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 9	7h45	Montagne d'Aujourd'hui au départ de SAIX (05)	1000m	6h	Difficile	Daniel ANDRE 04 92 61 38 95
Lundi 13	8h	Rando douce				André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 14	8h	Montagne de Bergies au départ de SEDERON (26)	650m	6h 18km	Difficile	Philippe CASAGRANDE 06 76 08 90 93
Jeudi 16	8h	Tête de la Plane au départ de GIGORS (04)	650m	5h	Moyen+	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Dimanche 19	8h30	Montagne de Mare (Pivoines) au départ des Damias	650m		Moyen Cool	Alain DELCLITE 04 92 61 50 61
Lundi 20	8h	Rando douce				André MAUREL 04 92 61 04 34
Mardi 21	8h	Ganagobie Canal de Manosque au départ de PEYRUIS (04)	200m	6h	Facile	Joël BONNEAU 04 92 62 40 04
Jeudi 23	8h	Montagne d'Arsuc au départ du Col de Perty	700m	6h30 15,3 km	Moyen	Claude GIOIA 04 92 65 14 73
Lundi 27	9h	Les Versants du Céans au départ les Begues Ste Colombes <i>Pique-nique</i>	585m	11km	Rando douce	Claude NIER 06 50 75 23 93
Mardi 28	7h	Crêtes de l'Ourbes et Plein Voir au départ de MOUSTIERS (04) <i>MEP de voitures</i>	1100m	6h	Difficile Passage aérien	Yvette GOHEE 04 92 61 40 97
Jeudi 30		?????????				

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