

# Foyer rural de Salignac

## RANDONNEES du 2<sup>ème</sup> trimestre 2019

***NB: ce programme peut subir des modifications***

Date	Lieu	Temps de marche effective	Alt.max.	Dénivelée Cumulée et distance	Difficulté
			Alt.min.		
07/04/2019 d: 8h00	Les gorges de la Méouge Pomet (15 km)	5h00	800m 550m	670m 13km	★★★
14/04/2019 d: 8h30	La petite Céüse Sigoyer 05 (45km)	3h30	1630m 1320m	600m 8km	★★★
28/04/2019	Fête des plantes Salignac				
05/05/2019 d: 6h30	Le sentier Blanc-Martel Point sublime, Rougon (105km)	6h30	1006m 552m	680m 14km	★★★
12/05/2019 d:9h00	La tête de la Plane Gigors (36km)	4h00	1492m 869m	700m 8km	★★★
02/06/2019 d:8h30	Le roc de l'aigle Ribiers (10km)	5h00	1169m 530m	700m 11km	★★★
16/06/2019 d: 8h00	Balcon des sources de la Drôme la Batie des fonds(60km)	5h00	1538m 1033m	570m 12km	★★★
30/06/2019 d: 8h00	Les crêtes du Chauvet Col du Festre(68km)	4h	2036m 1442m	640m 9km	★★★
Ou 29 et 30/06/2019	WE si on arrive à trouver une destination et s'il y a des amateurs				

### DEGRES de DIFFICULTE

- ★★: entre 2 et 4h de marche; moins de 900m de dénivelée (**facile**)
- ★★★:entre 4 et 5h de marche; moins de 900m de dénivelée (**moyenne**)
- ★★★★:plus de 5h de marche; moins de 900m de dénivelée (**sportive**)
- ★★★★★:plus de 5h de marche;plus de 900m de dénivelée (**difficile**)

**LIEU de DEPART: gare SNCF SISTERON**

*participation aux frais de co-voiturage: 0,05 € /km*

prière de s'inscrire pour chaque randonnée  
**la veille après 18 h**



Patrick MARIN: **09 71 06 82 25**  
**07 52 02 84 04**